

**PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN PASSING
MENGUNAKAN BOLA TIDAK STANDART DAN BOLA
STANDART TERHADAP HASIL BELAJAR PASSING ATAS
DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA SISWA PUTRA
KELAS IV DAN V SD NEGERI I GABUGAN TANON
KABUPATEN SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2009/2010**



Skripsi

**Oleh:
Nugroho Dwi Sujadmiko
NIM. K.4602528**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2010**

**PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN PASSING
MENGUNAKAN BOLA TIDAK STANDART DAN BOLA
STANDART TERHADAP HASIL BELAJAR PASSING ATAS
DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA SISWA PUTRA
KELAS IV DAN V SD NEGERI I GABUGAN TANON
KABUPATEN SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2009/2010**

Oleh :

**Nugroho Dwi Sujadmiko
NIM. K.4602528**

SKRIPSI

**Ditulis dan diajukan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
S U R A K A R T A
2010**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. H. Sunardi, M.Kes.
NIP. 195811211990031004

Sri Santoso Sabarini, S.Pd., M.Or.
NIP. 19760822200512001

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar sarjana pendidikan.

Pada hari : Jum'at

Tanggal : 19 Pebruari 2010

Tim Penguji Skripsi :

(Nama Terang)

(Tanda Tangan)

Ketua : Drs. H. Mulyono, M.M.

Sekretaris : Drs. Sugiyoto, M.Pd.

Anggota I : Drs. H. Sunardi, M.Kes.

Anggota II : Sri Santoso Sabarini, S.Pd.,M.Or.

Disahkan oleh :

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret

Dekan,

Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd.

NIP. 19600727198702 1 001

ABSTRAK

Nugroho Dwi Sujadmiko. PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN PASSING MENGGUNAKAN BOLA TIDAK STANDART DAN BOLA STANDART TERHADAP HASIL BELAJAR PASSING ATAS DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA SISWA PUTRA KELAS IV DAN V SD NEGERI I GABUGAN TANON KABUPATEN SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2008/2009. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Pebruari 2010.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabugan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010. (2) Pendekatan pembelajaran passing yang lebih baik pengaruhnya antara menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabugan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010.

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri I Gabugan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010. Subjek penelitian ini adalah siswa putra berjumlah 40 orang. Keseluruhan subjek dijadikan sampel penelitian, sehingga penelitian ini adalah penelitian subjek. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes dan pengukuran kemampuan passing atas bola voli dari Depdiknas. (2003: 9-10). Teknik analisis data yang digunakan dengan uji t pada taraf signifikansi 5%.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan sebagai berikut: (1) Ada perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabugan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010, dengan nilai perhitungan t_{hit} sebesar 1.774 dan t_{tabel} sebesar 1,72 pada taraf signifikasi 5%. (2) Pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart lebih baik pengaruhnya terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabugan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010. Kelompok 1 (kelompok

yang mendapat perlakuan pendekatan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart) memiliki peningkatan sebesar 12.62136%. Sedangkan kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan pendekatan pembelajaran passing atas menggunakan bola standart) memiliki peningkatan sebesar 2.657005%.

MOTTO

- ❑ Anda tidak akan menemukan waktu untuk apa pun. Jika anda menginginkan waktu anda harus meluangkan.

(Charles Buxton)

- ❑ Cukup Kerja untuk dilakukan, dan cukup tenaga untuk bekerja.

(Rudyard Kipling)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

Bapak dan Ibu tercinta

Kakak dan Adik tersayang

Teman-teman Angkatan 2002

Adik-adik JPOK FKIP UNS

Almamater

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah Nya, sehingga dapat diselesaikan penulisan skripsi ini.

Disadari bahwa penulisan skripsi ini banyak mengalami hambatan, tetapi berkat bantuan dari beberapa pihak maka hambatan tersebut dapat diatasi. Oleh karena itu dalam kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Bapak Drs. H. Sunardi, M.Kes., sebagai pembimbing I yang dengan sabar memberikan bimbingan dan pengarahan sehingga, skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Ibu Sri Santoso Sabarini, S.Pd., M.Or., sebagai pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi.
6. Kepala Madrasah Ibtidaiyah Gabungan Tanon Kabupaten Sragen yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.
7. Siswa putra kelas IV dan V Madrasah Ibtidaiyah Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2008/2009 yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.
8. Semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

Semoga segala amal baik tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa. Akhirnya berharap semoga hasil penelitian yang sederhana ini dapat bermanfaat.

Surakarta, Pebruari 2010

NDS

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORI	7
A. Tinjauan Pustaka	7
1. Pembelajaran.....	7
a. Hakikat Pembelajaran.....	7
b. Prinsip-Prinsip Pembelajaran.....	9
c. Ciri-Ciri Perubahan dari Belajar.....	12
2. Hakikat Belajar Keterampilan.....	17
a. Pengertian Belajar Keterampilan.....	17

b. Tahap-Tahap Belajar Gerak.....	18
c. Hukum-Hukum Belajar Gerak.....	20
3. Permainan Bola Voli.....	22
a. Pengertian Permainan Bola Voli.....	22
b. Nilai yang Terkandung dalam Permainan Bolavoli.....	23
c. Teknik Dasar Bermain Bola Voli.....	24
4. Teknik Dasar Passing Atas.....	25
a. Pengertian Passing Atas.....	25
b. Teknik Passing Atas.....	27
c. Kesalahan yang Sering Terjadi pada Passing Atas.....	28
5. Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Tidak Standart.....	29
a. Hakikat Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Tidak Standart.....	29
b. Pelaksanaan Pembelajaran Passig Atas Bola Voli Menggunakan Bola Tidak Standart.....	30
c. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Passing Atas Menggunakan Bola Tidak Standart.....	31
6. Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Standart.....	32
a. Hakikat Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Standart.....	32
b. Pelaksanaan Pembelajaran Passig Atas Bola Voli Menggunakan Bola Standart.....	33
c. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Passing Atas Menggunakan Bola Tidak Standart.....	36
B. Kerangka Pemikiran	34
C. Perumusan Hipotesis.....	37
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Tempat dan Waktu Penelitian	38
B. Metode Penelitian.....	38

C. Variabel Penelitian.....	40
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	40
E. Teknik Pengumpulan Data.....	40
F. Teknik Analisis Data	40
BAB IV HASIL PENELITIAN	44
A. Deskripsi Data	44
B. Mencari Reliabilitas.....	44
C. Pengujian Persyaratan Analisis.....	45
1. Uji Normalitas.....	45
2. Uji Homogenitas.....	46
D. Hasil Analisis Data.....	46
1. Uji Perbedaan Sebelum Diberi Perlakuan.....	46
2. Uji Perbedaan Setelah Diberi Perlakuan.....	47
E. Pengujian Hipotesis.....	50
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	52
A. Simpulan.....	52
B. Implikasi	52
C. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Rangkaian Gerakan Passing Atas.....	28
Gambar 2. Tes Passing Atas Bola voli.....	74

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan Passing pada Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	44
Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal dan Tes Akhir.....	44
Tabel 3. Range Kategori Reliabilitas.....	45
Tabel 4. Ringkuman Hasil Uji Normalitas Data.....	45
Tabel 5. Ringkuman Hasil Uji Homogenitas Data.....	46
Tabel 6. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal pada Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	47
Tabel 7. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Hasil Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 1.....	47
Tabel 8. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Hasil Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 2.....	48
Tabel 9. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Hasil Tes Akhir antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	48
Tabel 10. Ringkuman Hasil Penghitungan Nilai Perbedaan Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Tes Awal Kemampuan Passing TasBola Voli.....	56
Lampiran 2. Uji Reliabilitas Data Tes Awal Kemampuan Passing Atas Bola Voli.....	57
Lampiran 3. Pembagian Kelompok Sampel Penelitian Berdasarkan Urutan Ranking.....	59
Lampiran 4. Pembagian Kelompok Sampel Penelitian.....	60
Lampiran 5. Uji Normalitas Kelompok 1.....	61
Lampiran 6. Uji Normalitas Kelompok 2.....	62
Lampiran 7. Uji Homogenitas Data Tes Awal.....	63
Lampiran 8. Data Tes Akhir Kemampuan Passing Atas Bola Voli.....	64
Lampiran 9. Uji Reliabilitas Data Tes Akhir Kemampuan Passing Atas Bola Voli.....	65
Lampiran 10 Rekapitulasi Data Tes Awal, Tes Akhir dan Peningkatan Kemampuan Passing Atas Bola Voli Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	67
Lampiran 11. Uji Perbedaan Data Tes Awal antara Kelompok 1 dan 2	68
Lampiran 12. Uji Perbedaan Data Tes Awal dan tes Akhir Kelompok 1	69
Lampiran 13. Uji Perbedaan Data Tes Awal dan tes Akhir Kelompok 2	70
Lampiran 14. Uji Perbedaan Data Tes Akhir pada Kelompok 1 dan 2...	71
Lampiran 15. Menghitung Peningkatan Kemampuan Passing Atas Bola Voli dalam Persen pada Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	72
Lampiran 16. Petunjuk Tes dan Pengukuran Kemampuan Passing Atas Bola Voli.....	73
Lampiran 17. Program Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Tidak Standart dan Bola Standart....	75
Lampiran 18. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian.....	77

Lampiran 19. Surat Ijin Penelitian dari Universitas Sebelas Maret Surakarta.....	79
Lampiran 20. Surat Keterangan Penelitian dari Madrasah Ibtidaiyah Gabungan Tanon Kabupaten Sragen.....	84

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan salah satu olahraga permainan yang memasyarakat di Indonesia. Banyaknya klub-klub bola voli yang ada di Indonesia serta diadakannya Pro Liga merupakan salah satu wujud perkembangan dan kemajuan olahraga bola voli di Indonesia. Bahkan di lembaga sekolah permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang wajib diajarkan bagi siswa sekolah. Hal ini karena banyak manfaat yang diperoleh melalui permainan bola voli baik untuk perkembangan jasmani maupun rokhani. Dalam hal ini Suharno HP. (1985: 2) bahwa:

Perkembangan jasmani dari permainan bola voli yaitu untuk pembentukan sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan serta kemampuan jasmani yang mencakup kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan, kelentukan dan lain sebagainya. Perkembangan rokhani dilihat dari segi kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah positif sesuai tuntutan masyarakat Indonesia.

Banyak manfaat yang diperoleh melalui kegiatan bermain bola voli. Oleh karena itu membelajarkan permainan bola voli bagi siswa sekolah sangat penting agar kemampuan jasmani dan rokhani siswa berkembang dengan baik. Dengan berkembangnya kemampuan jasmani dan rokhani akan mendukung pencapaian tujuan belajar.

Sebagai langkah awal dalam membelajarkan permainan bola voli bagi siswa sekolah yaitu diajarkan macam-macam teknik dasar bermain bola voli. Hal ini dimaksudkan agar siswa menguasai macam-macam teknik dasar bola voli, sehingga akan mendukung penampilannya dalam bermain bola voli, bahkan dapat mempengaruhi menang atau kalahnya suatu tim dalam bertanding. Hal ini sesuai pendapat Soedarwo, Sunardi dan Agus Margono (2000: 6) bahwa:

Teknik dasar bola voli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu guna dapat mengembangkan mutu prestasi bola voli. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu regu di dalam suatu pertandingan di samping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental.

Menguasai macam-macam teknik dasar bola voli merupakan fundasi agar dapat bermain bola voli dengan baik dan benar. Adapun teknik dasar bermain bola voli yang harus dikuasai terdiri beberapa macam yaitu: (1) passing, (2) servis, (3) umpan, (4) smash, dan (5) bendungan (block).

Passing merupakan salah satu teknik dasar bola voli yang mempunyai kontribusi besar dalam permainan bola voli. Passing merupakan salah satu teknik dasar bola voli yang mempunyai peran penting untuk memberikan umpan agar dapat melakukan serangan. Dapat dikatakan, serangan (*smash*) dalam bola voli diawali dari *passing*. Berdasarkan cara pelaksanaannya passing bola voli dibedakan menjadi dua yaitu passing bawah dan passing atas.

Passing atas merupakan salah satu teknik dasar bola voli yang memiliki pola gerakan yang cukup kompleks, jika dibandingkan dengan passing bawah. Tidak setiap siswa mampu melakukan passing atas dengan baik. Hal ini karena para siswa sekolah pada umumnya belum menguasai teknik passing atas. Selain itu, para siswa biasanya merasa takut untuk melakukan passing atas. Namun demikian ada juga beberapa siswa yang mampu melakukan passing atas karena telah memiliki pengalaman bermain bola voli, misalnya di kampungnya ada klub bola voli dan ikut terlibat di dalamnya. Bagi siswa yang belum pernah bermain bola voli tidak mampu melakukan passing atas. Siswa yang tidak mampu melakukan passing atas disebabkan oleh beberapa faktor misalnya, merasakan bola cukup berat, takut cedera, tidak memiliki pengalaman bermain bola voli dan lain sebagainya. Menurut Rusli Lutan (1988: 322) bahwa, “Faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar motorik adalah kondisi internal, dan kondisi eksternal”.

Faktor internal dan eksternal merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan siswa dalam melakukan passing atas bola voli. Faktor internal mencakup aspek-aspek yang terdapat pada individu, atau atribut lain yang membedakan seseorang dengan orang lain. Kondisi eksternal mencakup faktor-faktor yang terdapat di luar individu yang memberikan pengaruh terhadap penampilan gerak seseorang.

Peralatan bermain bola voli (bola) merupakan faktor eksternal yang dapat memberikan pengaruh terhadap proses belajar passing atas bola voli. Bola yang dirasakan berat akan mengakibatkan rasa takut, bahkan dapat menimbulkan cedera sehingga siswa tidak mampu melakukan passing atas. Selain itu, siswa yang belum siap (tidak memiliki pengalaman bermain bola voli) akan mengalami kesulitan dalam belajar passing atas. Seperti dikemukakan Rusli Lutan (1988: 406) bahwa, “Beberapa alasan kegagalan pelaksanaan dalam proses belajar antara lain "(1) perasaan takut mengalami cedera, (2) disefisiensi dalam kondisi atau kesiapan seperti kekuatan belum cukup”.

Permasalahan yang dihadapi siswa dalam belajar passing atas terutama siswa yang merasa takut dengan berat bola menuntut guru berkreativitas untuk menciptakan kondisi belajar yang sesuai dengan kondisi siswa. Jika dalam pembelajaran passing atas siswa merasa berat dengan bola voli ukuran standart, guru dapat menggunakan bola yang lebih ringan dan secara bertahap ditingkatkan menggunakan bola voli ukuran standart. Kendala atau masalah yang

dihadapi siswa dalam belajar passing atas hendaknya guru harus mampu mencari solusi yang tepat agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Rusli Lutan & Adang Suherman (2000:76) berpendapat, “Lakukan modifikasi peralatan, apabila peralatan diduga sebagai penghambat keberhasilan”.

Berdasarkan permasalahan di atas, maka upaya meningkatkan hasil belajar passing atas bola voli maka dapat dilakukan pendekatan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart dan bola standart. Dari kedua pendekatan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart dan bola standart belum diketahui pembelajaran manakah yang lebih baik pengaruhnya terhadap peningkatan hasil belajar passing atas bola voli. Untuk mengetahui hal tersebut maka perlu dikaji dan diteliti secara teori maupun praktik melalui penelitian eksperimen.

Pendekatan pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola tidak standart dan bola standart dieksperimenkan pada siswa putra kelas IV dan V Sekolah Dasar (SD) Negeri I Gabungan Tanon Sragen tahun pelajaran 2009/2010. Ditinjau dari pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri I Gabungan Tanon Karanganyar tahun pelajaran 2009/2010 berjalan dengan baik, termasuk pembelajaran permainan bola voli. Dari pengamatan pembelajaran permainan bola voli yang telah dilaksanakan ternyata kemampuan passing atas para siswa kurang baik. Pada umumnya para siswa belum mengetahui teknik passing atas dan merasa takut melakukan passing atas terlebih-lebih siswa putri. Pada umumnya para siswa yang merasa belum siap atau takut terjadi cidera pada jari-jari tangannya, biasanya dialami oleh siswa kurang senang dengan olahraga. Namun sebaliknya bagi siswa yang senang dengan olahraga permainan bolavoli bola bukan merupakan kendala untuk belajar passing atas.

Prasarana dan sarana olahraga merupakan salah satu faktor yang menjadi permasalahan yang dihadapi di sekolah. Pada umumnya prasarana dan sarana olahraga di sekolah-sekolah sangat terbatas. Jika dalam pembelajaran passing atas siswa merasa kesulitan, seharusnya menggunakan bola yang lebih ringan seperti bola lunak, bola plastik atau alat-alat lain yang sifatnya lebih ringan dan memudahkan siswa melakukan passing atas. Upaya mengetahui pengaruh pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart dan bola standart, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, “Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Passing Menggunakan Bola Tidak Standart dan Bola Standart terhadap Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli dalam Permainan Bola Voli pada Siswa Putra Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gabungan I Tanon Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2009/2010”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kemampuan passing atas siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010 masih rendah.
2. Pembelajaran passing atas yang dilaksanakan di SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2008/2009 belum menunjukkan hasil yang maksimal.
3. Kurangnya prasarana dan sarana bola voli sehingga berdampak pada proses pembelajaran bola voli.
4. Belum diketahui pengaruh pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli.
5. Perlu diterapkan pendekatan pembelajaran passing atas yang tepat untuk meningkatkan hasil belajar passing atas dalam permainan bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010.

C. Pembatasan Masalah

Banyaknya masalah yang muncul dalam penelitian, maka perlu dibatasi agar tidak menyimpang dari permasalahan penelitian. Pembatasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli.
2. Kemampuan passing atas siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Adakah perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010?
2. Manakah yang lebih baik pengaruhnya antara pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart terhadap hasil belajar

passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui:

1. Perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010.
2. Pendekatan pembelajaran passing yang lebih baik pengaruhnya antara menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010.

F. Manfaat Penelitian

Masalah dalam penelitian ini sangat penting untuk diteliti dengan harapan dapat memberi manfaat antara lain:

1. Dapat diperoleh informasi tentang pembelajaran yang baik dan efektif untuk meningkatkan kemampuan passing atas bola voli.
2. Dapat dijadikan sebagai masukan dan pedoman guru Penjasorkes SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tentang pendekatan pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan kemampuan passing atas bola voli.
3. Bagi peneliti dapat menambah wawasan tentang karya ilmiah untuk dikembangkan lebih lanjut.

BAB II LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Pustaka

1. Pembelajaran

a. Hakikat Pembelajaran

Dalam pengembangan startegi pembelajaran seorang guru harus menguasai berbagai pendekatan dan metode dalam mengajar, sehingga dalam setiap pembelajaran akan diwarnai oleh penggunaan strategi pembelajaran yang relevan dengan kebutuhan belajar siswa. Guru sebagai faktor utama dalam kegiatan pembelajaran harus pandai dalam melaksanakan proses pembelajaran. H.J. Gino, Suwarni, Surtpto, Maryanto dan Sutijan. (1998: 32) menyatakan, “Pembelajaran atau *instruction*/instruksional atau pengajaran merupakan usaha sadar dan disengaja oleh guru untuk membuat siswa belajar dengan jalan mengaktifkan faktor intern dan faktor ekstern dalam kegiatan belajar mengajar”. Menurut Sukintaka (2004: 55) berpendapat, “Pembelajaran mengandung pengertian, bagaimana para guru mengajarkan sesuatu kepada peserta didik, tetapi di samping itu juga terjadi peristiwa bagaimana peserta didik mempelajarinya”. Sedangkan Wina Sanjaya (2006: 78) menyatakan, “Pembelajaran terjemahan dari *instruction*, dimana siswa ditemmpatkan sebagai sumber kegiatan. Dalam pembelajaran tersebut dipengaruhi oleh perkembangan teknologi yang diasumsikan dapat mempermudah siswa mempelajari segala sesuatu lewat berbagai macam media seperti bahan-bahan cetak, program televisi, gambar, audio dan lain sebagainya”.

Pada prinsipnya kegiatan pembelajaran memiliki tiga unsur utama. Ketiga unsur utama dalam kegiatan pembelajaran yaitu: (1) guru sebagai pihak yang memberi, (2) siswa sebagai pihak lain yang menerima dan, (3) tujuan yaitu perubahan yang lebih baik pada diri siswa. Dari ketiga unsur tersebut saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan dalam kegiatan proses pembelajaran. Lebih lanjut H.J. Gino dkk., (1998: 30) menyatakan, tugas dari masing-masing ketiga faktor tersebut sebagai berikut:

- 1) Guru adalah seseorang yang bertindak sebagai pengelola kegiatan belajar mengajar, katalisator belajar mengajar, dan peranan lainnya yang memungkinkan berlangsungnya kegiatan belajar mengajar yang efektif.
- 2) Siswa adalah seseorang yang bertindak sebagai pencari, penerima, dan penyimpan isi pelajaran yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan.
- 3) Tujuan yakni pernyataan tentang perubahan perilaku yang diinginkan terjadi pada siswa setelah mengikuti belajar mengajar. Perubahan perilaku tersebut mencakup perubahan kognitif, psikomotor dan afektif.

Kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan baik, jika siswa dapat berinteraksi dengan guru dan bahan pengajaran di tempat tertentu yang telah diatur dalam rangka tercapainya tujuan. Sebagai proses penyampaian atau menanamkan ilmu pengetahuan, menurut Wina Sanjaya (2006: 74-75) pembelajaran memiliki karakteristik:

- 1) Proses pengajaran berorientasi pada guru memegang peran yang sangat penting. Guru menentukan segalanya keberhasilan dari pembelajaran. Proses pembelajaran akan berlangsung manakala ada seorang guru dan tidak mungkin ada proses pembelajaran tanpa guru, maka ada tiga peran utama yang harus dilakukan guru yaitu:
 - (1) Sebagai perencana pengajaran. Sebagai perencana pengajaran, sebelum proses pembelajaran guru harus menyampaikan berbagai hal yang diperlukan, seperti misalnya materi pelajaran apa yang harus disampaikan, bagaimana cara menyampaikan, media apa yang harus digunakan dan lain sebagainya.
 - (2) Sebagai penyampai informasi. Dalam melaksanakan perannya sebagai penyampai informasi, seorang guru menggunakan metode ceramah sebagai metode utama. Metode cemarrah yang dianggap ampuh dalam proses pengajaran. Karena pentingnya metode ini, maka biasanya guru sudah merasa mengajar apabila sudah melakukan ceramah dan tidak mengajar apabila tidak melakukan ceramah.
 - (3) Sebagai evaluator. Sebagai evaluator guru berperan dalam menentukan alat evaluasi keberhasilan pengajaran. Biasanya kriteria keberhasilan proses pengajaran diukur dari sejauh mana siswa menguasai materi pelajaran yang disampaikan guru.
- 2) Siswa sebagai objek belajar
 Konsep mengajar sebagai proses menyampaikan materi pelajaran, menempatkan siswa sebagai obyek yang harus menguasai materi pelajaran. Mereka dianggap sebagai objek yang harus menguasai materi pelajaran. Mereka dianggap sebagai organisme yang pasif, yang belum memahami apa yang harus dipahami, sehingga melalui proses pengajaran mereka dituntut memahami segala sesuatu yang diberikan guru. Peran siswa adalah sebagai penerima informasi yang diberikan guru. Jenis informasi dan pengetahuan yang harus dipelajari tidak berpijak dari kebutuhan siswa, baik dari segi pengembangan bakat maupun dari minat siswa, akan tetapi berangkat dari pandangan apa yang menurut guru dianggap baik dan bermanfaat.
- 3) Kegiatan pengajaran terjadi pada tempat dan waktu tertentu
 Proses pengajaran berlangsung pada tempat tertentu misalnya, terjadi di dalam kelas dengan penjadwalan yang ketat, sehingga siswa hanya belajar manakala ada kelas yang telah didesain sedemikian rupa sebagai tempat belajar. Adanya tempat dan waktu yang telah ditentukan, sering proses pengajaran terjadi secara sangat formal. Siswa duduk dibangku berjejer dan guru didepan kelas.
- 4) Tujuan utama pengajaran adalah penguasaan materi pelajaran
 Keberhasilan suatu proses pengajaran diukur dari sejauh mana siswa dapat menguasai materi pelajaran yang disampaikan guru. Materi pelajaran itu sendiri adalah pengetahuan yang bersumber dari mata pelajaran yang diberikan di sekolah. Sedangkan mata pelajaran itu sendiri adalah pengalaman-pengalaman manusia masa lalu yang disusun secara sistematis dan logis kemudian diuraikan dalam buku-buku pelajaran dan selanjutnya isi buku itu yang harus dikuasai siswa.

Hakikat pembelajaran merupakan merupakan proses penyampaian informasi atau pengetahuan dari seorang guru kepada siswa untuk mencapai tujuan. Guru bertindak sebagai

pengelola kegiatan belajar mengajar, katalisator belajar mengajar, dan peranan lainnya yang memungkinkan berlangsungnya kegiatan belajar mengajar yang efektif. Siswa bertindak sebagai pencari, penerima, dan penyimpan isi pelajaran yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan. Tujuan merupakan perubahan perilaku yang diinginkan terjadi pada siswa setelah mengikuti belajar mengajar. Perubahan perilaku tersebut mencakup perubahan kognitif, psikomotor dan afektif.

b. Prinsip-Prinsip Pembelajaran

Belajar suatu keterampilan adalah sangat kompleks. Dengan belajar secara baik dan teratur akan membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. Menurut Nasution yang dikutip H.J. Gino dkk (1998: 51) bahwa, “Perubahan akibat belajar tidak hanya mengenai jumlah pengetahuan, melainkan juga dalam bentuk kecakapan, kebiasaan, sikap, pengertian, penghargaan, minat, penyesuaian diri, pendeknya mengenai segala aspek organisme atau pribadi seseorang”.

Perubahan akibat dari belajar adalah menyeluruh pada diri siswa. Untuk mencapai perubahan atau peningkatan pada diri siswa, maka dalam proses pembelajaran harus diterapkan prinsip-prinsip pembelajaran yang tepat. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2006: 42) bahwa, “Prinsip-prinsip pembelajaran meliputi perhatian dan motivasi, keaktifan siswa, keterlibatan langsung, pengulangan, tantangan, balikan dan penguatan serta perbedaan individual”. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2006: 42) bahwa, “Prinsip-prinsip pembelajaran meliputi perhatian dan motivasi, keaktifan siswa, keterlibatan langsung, pengulangan, tantangan, balikan dan penguatan serta perbedaan individual”. Pendapat lain dikemukakan Wina Sanjaya (2006: 30-31) bahwa ada sejumlah prinsip yang harus diperhatikan dalam pengelolaan kegiatan pembelajaran di antaranya:

- 1) Berpusat kepada siswa.
- 2) Belajar dengan melakukan
- 3) Mengembangkan kemampuan sosial
- 4) Mengembangkan keingintahuan, imajinasi dan fitrah.
- 5) Mengembangkan keterampilan pemcahan masalah
- 6) Mengembangkan kreativitas siswa.
- 7) Mengembangkan kemampuan ilmu dan teknologi
- 8) Menumbuhkan kesadaran sebagai warga negara yang baik
- 9) Belajar sepanjang hayat.

Prinsip-prinsip pembelajaran tersebut sangat penting untuk diperhatikan oleh seorang guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Untuk lebih jelasnya prinsip-prinsip pembelajaran tersebut diuraikan secara singkat sebagai berikut:

- 1) Berpusat kepada Siswa

Prinsip pembelajaran berpusat pada siswa mengandung makna, bahwa dalam proses pembelajaran siswa menempati posisi sentral sebagai subjek belajar. Keberhasilan proses pembelajaran tidak diukur dari sejauh mana materi pelajaran telah disampaikan guru, tetapi sejauh mana siswa telah beraktivitas mencari dan menemukan materi pelajaran sendiri. Inilah makna pembelajaran yang menekankan kepada proses (*process oriented*).

2) Belajar dengan melakukan

Prinsip ini mengandung makna, bahwa belajar bukan hanya sekedar mendengar, mencatat sambil duduk di bangku, tetapi belajar adalah proses berkreaitivitas, belajar adalah berbuat (*learning by doing*). Dengan berkreaitivitas, siswa bukan hanya dituntut untuk menguasai sejumlah informasi dengan cara menghafal, tetapi bagaimana memperoleh informasi secara mandiri dan kreatif mencari dan menemukan. Melalui aktivitas semacam itulah pengetahuan yang diperoleh akan lebih bermakna, sebab didapatkan melalui proses pengalaman belajar, bukan hasil pemberitahuan dari orang lain.

3) Mengembangkan kemampuan sosial

Manusia adalah makhluk sosial. Sejak mulai lahir sampai akhir hayatnya, manusia tidak mungkin dapat hidup sendiri. Ia selamanya pasti membutuhkan komunikasi dan bantuan orang lain. Oleh karena itu, kenyataan semacam inilah maka proses pembelajaran bukan hanya mengembangkan kemampuan intelektual, tetapi kemampuan sosial juga dikembangkan. Proses pembelajaran mesti mengembangkan dua sisi ini secara seimbang.

4) Mengembangkan keingintahuan, imajinasi dan fitrah

Rasa keingintahuan adalah salah satu fitrah yang dimiliki manusia dan tidak dimiliki oleh makhluk ciptaan Tuhan lainnya. Perkembangan kebudayaan manusia yang menakjubkan seperti sekarang ini, didorong oleh fitrah keingintahuan manusia. Oleh karena itulah proses pembelajaran harus mampu melatih kepekaan dan keingintahuan setiap individu terhadap segala sesuatu yang terjadi. Proses pembelajaran yang dimulai dan didorong rasa ingin tahu akan lebih bermakna dan bertenaga, dibandingkan dengan proses pembelajaran yang berangkat dari keterpaksaan.

5) Mengembangkan keterampilan pemecahan masalah

Pembelajaran adalah proses berpikir untuk memecahkan masalah. Sekecil apa pun kehidupan manusia tidak akan terlepas dari permasalahan yang harus diselesaikan. Oleh sebab itu, pengetahuan yang diperoleh semestinya yang diperolehnya mestinya dapat dijadikan sebagai alat untuk mengembangkan kemampuan memecahkan masalah. Pembelajaran yang diberikan kepada siswa mengharapakan siswa menjadi manusia kritis yang dapat memecahkan masalah yang dihadapinya, bukan sebagai siswa yang hanya menerima informasi begitu saja tanpa memahami manfaat informasi yang diperolehnya.

6) Mengembangkan kreativitas siswa

Membentuk manusia yang kreatif dan inovatif merupakan salah satu tujuan dari pembelajaran. Selama ini kurikulum yang berlaku dianggap kurang mengembangkan aspek kreativitas siswa. Kurikulum cenderung hanya mengembangkan kemampuan akademik, melalui proese pembelajaran yang mendorong agar siswa menguasai pengetahuan yang diajarkan. Oleh sebab itu, penguasaan bahan ajar bukan sebagai tujuan akhir dari proses pembelajaran, tetapi hanya sebagai tujuan antara saja.

7) Mengembangkan kemampuan menggunakan ilmu dan teknologi

Dalam kehidupan globalisasi sekarang ini teknologi sudah menjadi bagian yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan manusia. Ketergantungan manusia terhadap hasil-hasil teknologi begitu tinggi, dari mulai teknologi sederhana seperti teknologi untuk kepentingan rumah tangga sampai teknologi canggih, seperti penggunaan alat-alat transportasi dan komunikasi. Semua itu harus menjadi pertimbangan dalam pengelolaan pendidikan. Pendidikan dituntut untuk membekali setiap individu agar mampu memanfaatkan hasil-hasil teknologi. Oleh sebab itu, pengenalan dan kemampuan memanfaatkan hasil-hasil teknologi harus menjadi bagian dalam proses pembelajaran.

8) Menumbuhkan keasran sebagai warga negara yang baik

Selama ini salah satu kelemahan pendidikan seperti seperti dikemukakan para ahli adalah kelemahan dalam menciptakan para lulusan yang memiliki kesadaran terhadap aturan dan norma kemasyarakatan. Pendidikan dianggap gagal membentuk manusia yang memiliki kesadaran moral yang tinggi. Oleh sebab itu, muncul berbagai pendapat yang mengemukakan perlunya pendidikan moral dan budi pekerti secara tersendiri. Pembentukan moral merupakan tanggung jawab dalam mengembangkan manusia yang sadar dan penuh tanggung jawab sebagai seorang warga negara.

9) Belajar sepanjang hayat

Kehidupan manusia selalu berubah sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Apa yang dipelajari dewasa ini belum tentu relevan dengan keadaan masa yang akan datang. Oleh karena itu, belajar mestinya tidak terbatas pada waktu sekolah saja. Setiap manusia harus terus menerus belajar mengikuti irama perkembangan zaman, agar mampu beradaptasi dalam setiap perubahan. Oleh sebab itu, belajar sepanjang hayat harus terus diciptakan. Dalam kegiatan pembelajaran bukanlah pembelajaran sesaat yang terus dilupakan setelah menamatkan suatu jenjang pendidikan.

Prinsip-prinsip pembelajaran tersebut di atas harus dipahami oleh setiap guru dan harus diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar. Pembelajaran yang didasarkan pada prinsip-prinsip belajar yang tepat, maka tujuan pembelajaran akan dapat tercapai secara lebih maksimal.

c. Ciri-Ciri Perubahan dari Belajar

Tujuan utama dalam proses belajar mengajar yaitu terjadi perubahan yang lebih baik pada diri siswa. Sebagai contoh, pada awalnya siswa tidak mampu melakukan *passing* sepakbola, setelah melalui proses belajar maka siswa mampu melakukan *passing* dengan baik dan tepat pada sasaran yang diinginkan. Prinsip perubahan pada siswa dari belajar suatu keterampilan bersifat permanen. Hasil belajar bersifat permanen maksudnya, keterampilan yang telah dikuasai siswa tidak mudah hilang sesudah kegiatan selesai dilakukan atau dalam waktu tertentu. Tetapi jika tidak belajar lagi (latihan secara rutin) kemampuan atau keterampilan yang telah dikuasai akan menurun. Menurut Schmidt (1982) yang dikutip Rusli Lutan (1988: 102-107) karakteristik dari belajar gerak yaitu:

- 1) Belajar sebagai sebuah proses.
- 2) Belajar *motorik* adalah hasil langsung dari latihan.

- 3) Belajar *motorik* tak teramati secara langsung.
- 4) Belajar menghasilkan kapabilitas untuk bereaksi (kebiasaan).
- 5) Belajar *motorik* relatif permanen.
- 6) Belajar motorik bisa menimbulkan efek negatif dan,
- 7) Kurve hasil belajar.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, ciri-ciri perubahan akibat belajar gerak (*motorik*) ada tujuan macam yaitu belajar sebagai proses, belajar sebagai hasil langsung dari latihan, belajar tidak teramati secara langsung, belajar menghasilkan kebiasaan, belajar keterampilan bersifat permanen, belajar keterampilan dapat menimbulkan efek negatif, dan dalam waktu tertentu keterampilan yang dimiliki akan mengalami penurunan. Dalam kegiatan belajar mengajar keterampilan, ciri-ciri pembelajaran tersebut harus dipahami oleh seorang pengajar. Untuk lebih jelasnya ciri-ciri perubahan dari proses pembelajaran diuraikan secara singkat sebagai berikut:

1) Belajar Sebagai Proses

Proses adalah seperangkat kejadian atau peristiwa yang berlangsung bersama, menghasilkan beberapa perilaku tertentu. Sebagai contoh dalam membaca, proses diasosiasikan dengan gerakan mata, menangkap kode dan simbol di dalam teks, memberikan pengertian sesuai dengan perbendaharaan kata yang tersimpan dalam ingatan, dan seterusnya. Demikian halnya dalam belajar keterampilan *motorik*, di dalamnya terlibat suatu proses yang menyumbang kepada perubahan dalam perilaku *motorik* sebagai hasil dari belajar atau berlatih dalam organisme yang memungkinkannya untuk melakukan sesuatu yang berbeda dengan sebelum belajar atau berlatih.

Proses perubahan yang terjadi akibat dari belajar harus disadari oleh siswa, sehingga siswa dapat merasakan bahwa dirinya telah mencapai peningkatan keterampilan yang lebih baik dari sebelumnya. Seperti dikemukakan Slameto (1995: 3) bahwa, “seseorang yang belajar akan menyadari terjadinya perubahan atau sekurang-kurangnya merasakan telah terjadi adanya sesuatu perubahan pada dirinya”. Dengan kemampuan siswa menyadari akan perubahan yang terjadi dalam dirinya, ini artinya telah terjadi proses belajar gerak dalam diri siswa. Dengan terjadinya proses belajar maka akan dicapai hasil belajar yang lebih baik.

2) Belajar *Motorik* adalah Hasil Langsung dari Latihan

Perubahan perilaku *motorik* berupa keterampilan dipahami sebagai hasil dari latihan dan pengalaman. Hal ini perlu dipertegas untuk membedakan perubahan yang terjadi karena faktor kematangan dan pertumbuhan. Faktor-faktor tersebut juga menyebabkan perubahan perilaku (seperti anak yang dewasa lebih terampil melakukan suatu keterampilan yang baru daripada anak

yang muda), meskipun dapat disimpulkan perubahan itu karena belajar. Sugiyanto dan Agus Kristiyanto (1998: 33) menyatakan bahwa, “Perubahan-perubahan hasil belajar gerak sebenarnya bukan murni dari hasil suatu pengkondisian proses belajar, melainkan wujud interaksi antara kondisi belajar dengan faktor-faktor perkembangan individu”.

Ini artinya, perubahan kemampuan individu dalam penguasaan gerak ditentukan oleh adanya interaksi yang rumit antara faktor keturunan dan pengaruh lingkungan. Perkembangan individu berproses sebagai akibat adanya perubahan anatomis-fisiologis yang mengarah pada status kematangan. Pertumbuhan fisik yang menunjukkan pada pembesaran ukuran tubuh dan bagian-bagiannya, terkait dengan perubahan-perubahan fungsi faal dan sistem lain dalam tubuh. Pola-pola perubahan tersebut pada gilirannya akan selalu mewarnai pola penguasaan gerak, sebagai hasil proses belajar gerak.

3) Belajar Motorik Tak Teramati secara Langsung

Belajar *motorik* atau keterampilan olahraga tak teramati secara langsung. Proses yang terjadi dibalik perubahan keterampilan sangat kompleks dalam sistem persyarafan, seperti misalnya bagaimana informasi sensori diproses, diorganisasi dan kemudian diubah menjadi pola gerak otot-otot. Perubahan itu semuanya tidak dapat diamati secara langsung, tetapi hanya dapat ditafsirkan eksistensinya dari perubahan yang terjadi dalam keterampilan atau perilaku *motorik*.

4) Belajar Menghasilkan Kapabilitas untuk Bereaksi (Kebiasaan)

Pembahasan belajar *motorik* juga dapat ditinjau dari munculnya kapabilitas untuk melakukan suatu tugas dengan terampil. Kemampuan tersebut dapat dipahami sebagai suatu perubahan dalam sistem pusat syaraf. Tujuan belajar atau latihan adalah untuk memperkuat atau memantapkan jumlah perubahan yang terdapat pada kondisi internal. Kondisi internal ini sering disebut kebiasaan. Menurut Rusli Lutan (1988: 104) kapabilitas ini penting maknanya karena berimplikasi pada keadaan yaitu, “jika telah tercipta kebiasaan dan kebiasaan itu kuat, keterampilan dapat diperagakan jika terdapat kondisi yang mendukung, tetapi jika kondisi tidak mendukung (lelah) keterampilan yang dimaksud tidak dapat dilakukan”.

5) Belajar Motorik Relatif Permanen

Perubahan yang bersifat sementara atau temporer terjadi hanya untuk beberapa saat saja, seperti berkeringan, lelah dan lain sebagainya, tidak dapat digolongkan sebagai perubahan akibat belajar. Perubahan yang terjadi akibat proses belajar bersifat menetap atau permanen. Hasil belajar gerak relatif bertahan hingga waktu relatif lama. Sebagai contoh, kemampuan siswa

melakukan lempar lembing gaya jengket tidak akan hilang begitu saja, melainkan akan semakin berkembang jika terus dipergunakan atau berlatih secara teratur. Memang sukar untuk menjawab, berapa lama hasil belajar itu akan melekat. Meskipun sukar ditetapkan secara kuantitatif, apakah selama satu bulan, bertahun-tahun atau hanya dua atau tiga hari. Untuk kebutuhan analisis dapat ditegaskan bahwa, belajar akan menghasilkan beberapa efek yang melekat pada diri siswa setelah melakukan belajar gerak.

6) Belajar Motorik Bisa Menimbulkan Efek Negatif

Dilihat hasil yang dicapai dari belajar gerak menunjukkan bahwa, belajar dapat menimbulkan efek positif yaitu, penyempurnaan keterampilan atau penampilan gerak seseorang. Namun disisi lain, belajar dapat menimbulkan efek negatif. Sebagai contoh, seorang pesenam belajar gerakan salto ke belakang. Pada suatu ketika lompatannya kurang tinggi dan putaran badannya terlampau banyak sehingga jatuh terlentang. Akibatnya ia mengalami rasa sakit pada punggungnya dan menyebabkan tidak berani lagi melakukan gerakan salto ke belakang. Rasa takut ini mungkin berlangsung beberapa lama, sampai kemudian keberaniannya muncul kembali. Contoh semacam ini dapat dipakai sebagai ilustrasi gejala kemunduran suatu keterampilan sebagai rangkaian akibat kegiatan belajar pada waktu sebelumnya.

Kesan buruk terhadap pengalaman masa lampau, kegagalan pahit dalam suatu kegiatan atau tidak berhasil melakukan suatu jenis keterampilan dengan sempurna justru bukan berakibat negatif, tetapi hendaknya dijadikan pendorong ke arah perubahan positif. Pengalaman semacam ini hendaknya menjadi pendorong untuk lebih giat belajar hingga mencapai hasil yang lebih baik.

7) Kurva Hasil Belajar

Salah satu persoalan yang paling rumit dalam proses belajar gerak adalah tentang penggambaran perkembangan hasil belajar dan kecermatan dalam hasil penafsirannya. Kurva hasil belajar adalah gambaran penguasaan kapabilitas untuk bereaksi (yaitu kebiasaan) dalam satu jenis tugas setelah dilakukan berulang-ulang. Kurva hasil belajar ini biasanya dibuat grafik, dimana grafik tersebut menampilkan perkembangan penampilan kemampuan gerak sebagai cerminan dari proses belajar internal yang berlangsung dalam diri seseorang.

Meskipun kurva belajar tidak mampu sepenuhnya mencerminkan perubahan internal pada diri seseorang, tetapi untuk kebutuhan praktis atas dasar penampilan nyata dapat ditafsirkan kemajuan, kemandegan atau kemunduran hasil belajar yang dicapai seseorang pada suatu waktu.

2. Hakikat Belajar Keterampilan

a. Pengertian Belajar Keterampilan

Belajar gerak atau keterampilan mempunyai pengertian yang sama seperti belajar pada umumnya. Tetapi dalam belajar keterampilan memiliki karakteristik tertentu. Belajar gerak mempelajari pola-pola gerak keterampilan tubuh. Proses belajarnya melalui pengamatan dan mempraktekkan pola-pola gerak yang dipelajari. Intensitas keterlibatan unsur domain kemampuan yang paling tinggi adalah domain psikomotor yang berarti juga termasuk domain fisik. Di dalam belajar gerak bukan berarti domain kognitif dan domain afektif tidak terlibat di dalamnya. Semua unsur kemampuan individu terlibat di dalam belajar gerak, hanya saja intensitas keterlibatannya berbeda-beda. Intensitas keterlibatan domain kognitif dan domain afektif relatif lebih kecil dibandingkan keterlibatan domain psikomotor. Keterlibatan domain psikomotor tercermin dalam respon-respon muskular yang diekspresikan dalam gerak-gerakan tubuh secara keseluruhan atau bagian-bagian tubuh. Berkaitan dengan belajar gerak, Sugiyanto (1996: 27) menyatakan, “Belajar gerak adalah belajar yang diwujudkan melalui respon-respon muskular yang diekspresikan dalam gerakan tubuh atau bagian tubuh”. Menurut Rusli Lutan (1988: 102) bahwa, “Belajar motorik adalah seperangkat proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan permanen dalam perilaku terampil”.

Berdasarkan dua pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa, belajar gerak (motorik) merupakan perubahan perilaku motorik berupa keterampilan sebagai hasil dari latihan dan pengalaman. Upaya menguasai keterampilan gerak diperlukan proses belajar yaitu proses belajar gerak. Menurut Wahjoedi (1999: 119) dalam Jurnal Iptek Olahraga menyatakan, “Penguasaan keterampilan gerak hanya dapat diperoleh melalui pelaksanaan gerak dengan program pembelajaran yang terencana, sistematis dan berkelanjutan”.

Dalam pelaksanaan belajar gerak harus direncanakan dengan baik, disusun secara sistematis dan berkelanjutan. Dengan pembelajaran yang baik, terencana dan terus menerus, maka siswa akan memperoleh pengalaman belajar yang baik sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai. Tujuan belajar gerak adalah, siswa memiliki keterampilan gerak sesuai dengan yang diharapkan. Perkembangan gerak yang terampil merupakan sasaran pembelajaran keterampilan gerak. Jika siswa telah menguasai keterampilan yang dipelajari, maka akan terjadi perubahan-perubahan pada diri siswa yang mengarah pada gerakan yang efektif dan efisien. Rink seperti dikutip Rusli Lutan & Adang Suherman (2000: 56) menyatakan ada tiga indikator gerak terampil yaitu: “(1) efektif artinya sesuai dengan produk yang diinginkan dengan kata lain *product oriented*, (2) efisien artinya sesuai dengan proses yang seharusnya dilakukan dengan kata lain

process oriented, dan (3) adaptif artinya sesuai dengan situasi dan kondisi lingkungan dimana gerak tersebut dilakukan”.

b. Tahap-Tahap Belajar Gerak

Proses yang terjadi dalam belajar gerak memiliki karakteristik yang berbeda dengan belajar pada umumnya. Dalam belajar gerak terlibat suatu proses yaitu, terjadinya perubahan dalam perilaku motorik sebagai hasil dari belajar yang lebih baik dari sebelum belajar.

Dalam proses belajar gerak terjadi beberapa tahapan. Menurut Fitts & Posner (1967) yang dikutip Sugiyanto (1996: 44) bahwa, "Proses belajar gerak keterampilan terjadi dalam 3 fase belajar yaitu: (1) fase kognitif, (2) fase asosiatif, (3) fase otonom". Untuk lebih jelasnya tahap-tahap belajar gerak dapat diuraikan sebagai berikut :

1) Fase Kognitif

Fase kognitif merupakan fase awal dalam belajar gerak keterampilan. Fase awal ini disebut fase kognitif karena perkembangan yang menonjol terjadi pada diri pelajar menjadi tahu tentang gerakan yang dipelajari, sedangkan penguasaan gerakannya sendiri masih belum baik karena masih dalam taraf mencoba gerakan. Pada fase kognitif diawali dengan aktif berpikir tentang gerakan yang dipelajari. Anak berusaha mengetahui dan memahami gerakan dari informasi yang diberikan kepadanya. Informasi bisa bersifat verbal atau visual. Menurut Sugiyanto (1996: 45) bahwa, “Informasi verbal adalah informasi yang berbentuk penjelasan dengan menggunakan kata-kata. Informasi visual informasi yang dapat dilihat”.

Informasi yang diterima tersebut kemudian diproses dalam mekanisme perseptual sehingga memperoleh gambaran tentang gerakan yang dipelajari untuk selanjutnya mengambil keputusan melakukan gerakan sesuai dengan informasi yang diterima. Namun gerakan yang dilakukan seringkali salah atau tidak benar. Pada tahap ini anak hanya sebatas mencoba-coba gerakan yang dipelajari tanpa memahami bentuk gerakan yang baik dan benar. Agar gerakan yang dilakukan menjadi benar dan tidak kaku, harus dilakukan secara berulang-ulang dan kesalahan-kesalahan segera dibetulkan agar gerakannya menjadi lebih baik dan benar. Jika gerakan sudah dapat dilakukan dengan lancar dan baik berarti sudah meningkat memasuki fase selanjutnya.

2) Fase Asosiatif

Fase asosiatif merupakan tahap kedua dalam belajar keterampilan atau disebut juga fase menengah. Pada fase asosiatif ditandai dengan peningkatan kemampuan penguasaan gerakan

keterampilan. Gerakan-gerakan keterampilan yang dipelajari dapat dilakukan dalam bentuk yang sederhana atau tersendat-sendat. Gerakan keterampilan tersebut dapat dilakukan dengan lancar, apabila dilakukan secara berulang-ulang, sehingga pelaksanaan gerakan akan menjadi semakin efisien, lancar, sesuai dengan keinginannya. Menurut Rusli Lutan (1988: 306) bahwa, “Permulaan dari tahap asosiatif ditandai oleh semakin efektif cara-cara siswa melaksanakan tugas gerak, dan mulai mampu menyesuaikan diri dengan keterampilan yang dilakukan. Akan nampak penampilan yang terkoordinasi dengan perkembangan yang terjadi secara bertahap, lambat laun gerakan semakin konsisten”.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, pada fase asosiatif penguasaan dan kebenaran gerakan anak meningkat, namun masih sering melakukan kesalahan dan harus diberitahu. Kesalahan bisa diketahui melalui pemberitahuan orang lain yang mengamatinya atau rekaman gambar pelaksanaan gerakan. Dengan mengetahui kesalahan yang dilakukan, anak perlu mengarahkan perhatiannya untuk membetulkan selama mempraktekkan berulang-ulang. Pada fase asosiatif ini merangkai bagian-bagian gerakan menjadi rangkaian gerakan secara terpadu merupakan unsur penting untuk menguasai berbagai gerakan keterampilan.

3) Fase Otonom

Fase otonom bisa dikatakan sebagai fase akhir dalam belajar gerak. Fase ini ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan, dimana anak mampu melakukan gerakan keterampilan secara otomatis. Menurut Sugiyanto (1996: 47) bahwa, "Dikatakan fase otonom karena pelajar mampu melakukan gerakan keterampilan tanpa terpengaruh walaupun pada saat melakukan gerakan itu pelajar memperhatikan hal-hal lain selain gerakan yang dilakukan".

Tahap otomatis merupakan tahap akhir dari belajar gerak. Dikatakan tahap otonom karena anak mampu melakukan gerakan keterampilan tanpa terpengaruh walaupun saat melakukan gerakan. Tahap otomatis ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan keterampilan yang sudah baik, dimana anak mampu melakukan gerakan keterampilan secara otomatis serta energi yang dikeluarkan lebih efektif dan efisien. Untuk mencapai fase otonom diperlukan praktek berulang-ulang secara teratur. Dengan mempraktekkan gerakan secara berulang-ulang, gerakan yang dilakukan menjadi otomatis, lebih baik dan benar, serta lancar pelaksanaannya.

c. Hukum-Hukum Belajar Gerak

Dalam pelaksanaan proses belajar gerak, ada beberapa hukum-hukum belajar motorik yang harus dipahami dan dimengerti oleh seorang guru. Hukum-hukum belajar motorik tersebut akan berpengaruh terhadap keberhasilan tujuan proses belajar mengajar keterampilan. Menurut

Thorndike yang dikutip Sugiyanto & Agus Kristiyanto (1998: 2-3) hukum-hukum belajar gerak dibedakan menjadi 3 yaitu, “(1) hukum kesiapan, (2) hukum latihan dan (3) hukum pengaruh”.

Hukum kesiapan (*law of readines*) merupakan tahap kesiapan, dimana dalam pelaksanaan belajar keterampilan siswa harus betul-betul siap untuk menerimanya. Lebih lanjut Sugiyanto & Agus Kristiyanto (1998:2) menyatakan "Hukum kesiapan (*law of readinees*) menyatakan bahwa belajar akan berlangsung sangat efektif jika pelaku belajar berada dalam suatu kesiapan untuk memberikan respons".

Hal ini artinya, belajar akan berlangsung efektif bila siswa yang bersangkutan telah siap untuk menyesuaikan diri dengan stimulus dan telah siap untuk memberikan respon. Dengan kata lain siswa akan belajar dengan cepat dan efektif apabila telah siap dan telah ada kebutuhan untuk hal tersebut. Proses belajar akan berjalan lancar jika materi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan siswa.

Hukum latihan (*law exercise*) merupakan tahap pengulangan gerakan yang dipelajari. Mengulang-ulang respon tertentu sampai beberapa kali akan memperkuat koneksi antara stimulus dan respon. Sugiyanto & Agus Kristiyanto (1998:3) menyatakan, “Hukum latihan mengandung dua hal yaitu (1) *Law of use* yang menyatakan bahwa hubungan stimulus respon menguat kalau ada latihan (2) *Law od disuse* yang menyatakan bahwa hubungan stimulus respon melemah kalau latihan dihentikan”.

Hukum pengaruh (*law of effect*) menyatakan, penguatan atau melemahnya suatu koneksi merupakan akibat dari proses yang dilakukan. Hubungan stimulus respon menguat bila muncul respon disertai oleh keadaan menyenangkan atau memuaskan. Oleh karena itu dalam pelaksanaan pembelajaran hendaknya materi pelajaran yang disajikan dapat mendatangkan kesenangan sehingga menimbulkan motivasi yang tinggi pada siswa. Keadaan yang demikian akan membuat siswa lebih aktif melakukan gerakan yang dipelajari dan mampu melakukannya secara berulang-ulang sehingga akan memberi pengaruh yang lebih baik terhadap hasil belajar.

3. Permainan Bolavoli

a. Pengertian Permainan Bolavoli

Bolavoli merupakan olahraga permainan yang sudah berkembang dan banyak digemari oleh masyarakat di Indonesia. Bolavoli merupakan olahraga permainan yang dalam pelaksanaannya bola dipantulkan sebelum bola menyentuh tanah. Dalam hal ini Aip Syarifuddin dan Muhadi (1991/1992: 183) menyatakan, “Bolavoli adalah suatu bentuk permainan yang

termasuk dalam cabang olahraga permainan. Voli artinya pukulan langsung atau memukul bola langsung di udara sebelum bola jatuh ke tanah”.

Memvoli atau memantulkan bola merupakan karakteristik permainan bolavoli. Dalam memainkan bola atau memantulkan bola sebanyak-banyaknya tiga kali. Setelah tiga kali pantulan, bola harus diseberangkan ke daerah permainan lawan. Menurut Amung Ma'mum dan Toto Subroto (2001: 43) bahwa, “Dalam permainan bolavoli, bola dimainkan sebanyak-banyaknya tiga sentuhan dalam lapangan sendiri dan mengusahakan bola hasil sentuhan itu diseberangkan ke lapangan lawan melewati jaring masuk sesulit mungkin”. Penapat lain dikemukakan A. Sarumpaet, Zulfar Dzaet, Parno dan Imam Sadikun (1992: 86) bahwa:

Prinsip bermain bolavoli adalah memainkan bola dengan memvoli (memukul dengan tangan) dan berusaha menjatuhkannya ke dalam lapangan permainan lawan dengan menyeberangkan bola lewat atas net atau jaring, dan mempertahankannya agar bola tidak jatuh di lapangan sendiri. Bola harus benar-benar dipukul, tidak bola ditangkap atau di lempar.

Berdasarkan dua pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa, bolavoli merupakan olahraga permainan yang dalam pelaksanaan permainannya bola dipantulkan. Masing-masing regu harus memantulkan bola sebanyak-banyaknya tiga kali dan setelah tiga kali sentuhan bola harus diseberangkan melewati net ke daerah permainan lawan sesulit mungkin. Seperti dijelaskan PBVSI (1995: 3) bahwa, “Tujuan dari permainan bolavoli adalah agar setiap regu melewatkan bola secara teratur (baik) melalui atas net sampai bola tersebut menyentuh lantai (mati) di daerah lawan, dan mencegah agar bola yang dilewatkan tidak menyentuh lantai dalam lapangan sendiri”. Agar permainan bolavoli dapat berjalan dengan baik dan lancar, maka harus menguasai unsur-unsur dasar permainan bolavoli, yaitu teknik dasar bermain bolavoli.

b. Nilai yang Terkandung dalam Permainan Bolavoli

Olahraga bolavoli sebagai bagian dari mata rantai materi pendidikan jasmani dalam arti kata, merupakan bagian dari materi pendidikan jasmani secara keseluruhan. Bila dikategorikan, maka olahraga bolavoli termasuk dalam olahraga yang bercirikan permainan. Sebagaimana karakteristiknya permainan bolavoli mengandung unsur keterampilan gerak yaitu berupa teknik-teknik memainkan bola di dalam permainan bolavoli. Menurut Suharno HP. (1985: 2) bahwa, “Olahraga bolavoli manfaatnya sangat baik terhadap pembentukan individu secara keseluruhan”. Pendapat lain dikemukakan Amung Ma'mum dan Toto Subroto (2001: 41-42) nilai-nilai yang terkandung dalam permainan bolavoli meliputi: “ (1) Nilai sosial, (2) Nilai kompetitif, (3) Kebugaran fisik, (4) Keterampilan berpikir, (5) Kestabilan emosi, dan (6) Tertib hukum dan aturan”.

Nilai-nilai sosial seperti unsur kerjasama di antara teman sergu sangat dibutuhkan, memahami keterbatasan diri atau regu, memahami keunggulan teman bermain di luar regu sendiri dan lain-lain. Nilai-nilai kompetitif seperti memaknai keberhasilan dan ketidak-berhasilan. Nilai kompetitif ini sebaiknya ditanamkan kepada setiap diri anak agar dapat terimplementasikan dalam kehidupan baik sekarang atau kemudian hari. Nilai kebugaran fisik bahwa pembelajaran bolavoli mendorong anak untuk senantiasa bergerak (terintegrasi dengan pembelajaran keterampilan gerak). Keterampilan berpikir yang diperoleh dari permainan bolavoli yaitu dalam memainkan bola untuk mencapai suatu keberhasilan regu dituntut untuk memecahkan persoalan yang berkaitan dengan taktiknya agar regu dapat memperoleh angka menuju keberhasilan secara keseluruhan. Ditinjau dari kestabilan emosi bahwa, dengan bermain bolavoli anak akan terbiasa dan terlatih untuk belajar memaknai keberhasilan dan kegagalan baik dalam setiap sub kegiatan permainan maupun permainan secara keseluruhan. Sedangkan kesadaran tertib hukum dan aturan karena dalam setiap cabang olahraga termasuk permainan bolavoli ketentuan yang menjadi aturan permainan tercantum di dalamnya. Dengan adanya aturan permainan anak akan terbiasakan untuk mentaati dan menghormati aturan.

Nilai-nilai yang terkandung dalam permainan bolavoli tersebut akan dapat memberikan pengaruh terhadap pengembangan berbagai potensi yang ada pada diri individu ke arah yang dicita-citakan. Oleh karena itu, guru pendidikan jasmani harus senantiasa menciptakan suasana pembelajaran permainan bolavoli yang dapat mengarahkan anak agar nilai-nilai yang terkandung dalam permainan bolavoli dapat dirasakan.

c. Teknik Dasar Bermain Bolavoli

Teknik dasar bolavoli merupakan komponen mendasar yang harus dikuasai agar dapat bermain bolavoli. Teknik dasar bermain bolavoli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Hal ini sesuai pendapat M. Yunus (1992: 68) bahwa, “Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien. Teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal”. Menurut Aip Syarifuddin dan Muhadi (1991/1992: 187) bahwa, “teknik dasar permainan bolavoli merupakan permainan untuk melakukan bentuk-bentuk gerakan yang berhubungan dengan permainan bolavoli”. Sedangkan A. Sarumpaet dkk. (1992: 87) menyatakan, “Teknik adalah suatu proses melahirkan dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam permainan bolavoli”.

Berdasarkan tiga pendapat tersebut menunjukkan bahwa, teknik dasar bolavoli merupakan bentuk-bentuk gerakan dalam permainan bolavoli. Gerakan-gerakan teknik dasar dalam permainan bolavoli berupa gerakan-gerakan tanpa bola dan gerakan-gerakan dengan bola atau cara-cara memainkan bola. Teknik yang dikembangkan dalam permainan bolavoli harus merupakan teknik gerakan yang efektif dan efisien berdasarkan hukum-hukum gerak yang benar. Teknik yang dikembangkan juga harus mengacu pada peraturan permainan bolavoli. Menurut Sugiyanto, Soedarwo dan Sunardi (1994: 21) bahwa, “Unsur -unsur teknik yang harus dikuasai oleh pemain bolavoli, meliputi: “(1) sikap dasar siap, (2) gerakan menyongsong bola, (3) gerakan menjangkau bola, (4) pas atas dan pas bawah, (5) servis, 6) semes dan, (7) blok”. Menurut Soedarwo, Sunardi dan Agus Margono. (2000: 7) bahwa teknik dasar bermain bolavoli dikelompokkan menjadi tiga macam yaitu:

- 1) *Passing* :
 - a) Teknik *pass* atas.
 - b) Teknik *pass* bawah.
 - c) *Set-up*/umpan.
- 2) *Smash* :
 - a) Normal *smash*.
 - b) Semi *smash*.
 - c) Push *smash*.
- 3) *Service* :
 - a) *Tennis service*.
 - b) *Floating*.
 - c) *Cekis*.

Berdasarkan dua pendapat tersebut menunjukkan bahwa, teknik dasar bermain bolavoli dibedakan menjadi dua macam yaitu teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Teknik tanpa bola berupa gerakan-gerakan khusus yang mendukung dari teknik dengan bola seperti sikap dasar siap, gerakan menyongsong bola, gerakan menjangkau bola. Sedangkan teknik dengan bola berupa cara-cara memainkan bola yang terdiri dari servis, passing, smash dan blok. Keterampilan bermain bolavoli dapat dicapai jika kedua teknik dasar tersebut dikuasai dengan baik dan benar.

4. Teknik Dasar Passing Atas

a. Pengertian Passing Atas

Passing dan umpan atau *set-up* seringkali sulit dipisahkan, dan seringkali dianggap sama. Berkaitan dengan passing M. Yunus (1992: 80) berpendapat, “Passing adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk

menyusun pola serangan kepada regu lawan”. Menurut Sugiyanto, Soedarwo dan Sunardi (1994: 23) bahwa “Passing adalah suatu teknik memainkan bola dengan tujuan untuk mengarahkan bola tersebut ke suatu tempat atau agar bola tersebut dapat diumpan oleh pemain lainnya kepada *smasher*”. Sedangkan pengertian *set-up*, menurut Soedarwo dkk. (2000:8) adalah, “Usaha ataupun upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk menyajikan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya yang selanjutnya agar dapat untuk melakukan serangan terhadap regu lawan ke lapangan lawan”.

Berdasarkan pengertian passing dan *set-uper* yang dikemukakan ketiga ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, passing atas merupakan usaha seorang pemain bola voli untuk menyajikan bola sebagai umpan untuk melakukan serangan terhadap regu lawan. Dalam hal ini Amung Ma'mum & Toto Subroto (2001: 56) berpendapat, “Passing atas dilakukan lebih banyak sebagai persiapan serangan dan pelakunya adalah didominasi oleh seorang pengumpan yang dalam satu regu pada umumnya hanya satu orang saja”.

Passing atas pada umumnya dilakukan oleh seorang pengumpan (*set-uper*) untuk menyajikan bola sebagai umpan kepada *smasher* untuk melakukan serangan. Tetapi tidak menutup kemungkinan selain *set-uper* juga dapat melakukan *passing* atas, terutama untuk mengambil bola-bola atas. Hal ini sesuai pendapat Barbara L.V & Bonnie J.F. (1996:51) bahwa, “Operan *overhead* bisa digunakan untuk menerima bola yang lebih tinggi dari bahu dan datang dengan sedikit kekuatan ke arah seorang pemain”.

Passing atas pada dasarnya dilakukan jika bola datang lebih tinggi di atas bahu. Bola yang demikian mau tidak mau dalam menerimanya harus dengan *passing* atas. Beberapa prinsip pokok yang harus diperhatikan untuk dapat menyajikan bola dengan passing atas yaitu:

- 1) Sentuhlah bola dengan permukaan dalam dan jari-jari kedua tangan.
- 2) Hentikan bola dengan ibu jari dan jari-jari ruas pertama dan kedua (mengabsorbsi kecepatan bola), dan dengan pergelangan tangan dibegkokkan ke belakang serta siku-siku sedikit ditekuk.
- 3) Doronglah bola ke atas-depan dengan lentingan jari-jari, pergelangan tangan, siku, bahu, pinggang, lutut dan pergelangan kaki yang semuanya bergerak secara harmonis berfungsi seperti per.
- 4) Untuk mengambil bola yang agak rendah atau berada di sisi penerima, maka sangat diperlukan gerakan *roll* sebagai gerak lanjutan yaitu dengan gerakan setengah *roll* ke belakang.
- 5) Untuk bola-bola yang tinggi dan di dekat net dimana sangat sulit untuk melakukan *overhand pass* dengan dua tangan maka dapat diambil dengan satu tangan. (Soedarwo dkk., 2000: 34-35)

Prinsip-prinsip pokok gerakan passing atas tersebut harus diperhatikan dan dipahami. Untuk meningkatkan kemampuan passing atas, maka harus belajar dengan baik dan teratur,

karena sebagai dasar dari permainan bola voli. Seperti dikemukakan Amung Ma'mum & Toto Subroto (2001:56) bahwa, "Passing (termasuk passing atas) menjadi salah satu bagian penting yang harus mendapatkan porsi *drilling* yang memadai karena merupakan fundamen permainan bola voli".

b. Teknik Passing Atas

Passing atas merupakan salah satu bagian teknik dasar bola voli yang mempunyai peran penting sebagai umpan untuk melakukan serangan (smash). Untuk dapat melakukan passing atas dengan baik, maka harus menguasai teknik passing atas dengan benar. Menurut M. Yunus (1992: 80) teknik passing atas terdiri atas tiga tahapan yaitu: "(1) sikap permulaan, (2) gerakan pelaksanaan, (3) gerak lanjutan. Untuk lebih jelasnya teknik passing atas diuraikan sebagai berikut:

- 1) Sikap permulaan:
Ambil posisi sikap siap normal yaitu kedua kaki berdiri selebar dada, berat badan menumpu pada tapak kaki bagian depan, lutut ditekuk dengan badan merendah, tempatkan badan secepat mungkin di bawah bola, dengan kedua tangan diangkat lebih tinggi dari dahi, dan jari-jari tangan terbuka lebar membentuk cekungan seperti setengah lingkaran bola.
- 2) Gerakan pelaksanaan:
Tepat saat bola di atas dan sedikit di depan dahi, lengan diluruskan dengan gerakan agak eksplosif untuk mendorong bola. Perkenaan bola pada permukaan jari-jari ruas pertama dan kedua, dan yang dominan mendorong bola adalah ibu jari, jari-jari telunjuk dan jari tengah. Pada waktu perkenaan dengan bola, jari-jari agak ditegangkan, kemudian diikuti dengan gerakan pergelangan tangan agar bola dapat memantul dengan baik.
- 3) Gerak lanjutan:
Setelah bola memantul dengan baik, lanjutkan dengan meluruskan lengan ke depan atas sebagai suatu gerak lanjutan, diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan dengan melangkahkan kaki belakang ke depan dan segera mengambil sikap siap dalam posisi normal kembali.

Teknik passing atas tersebut merupakan satu rangkaian gerakan yang harus dilakukan dengan baik dan harmoni dalam satu pola gerakan yang utuh. Gerakan tangan, pergelangan tangan, lengan dan kaki *passing* atas harus merupakan suatu gerakan yang harmonis sedang pandangan ke arah jalanya bola (Suharno HP. (1985:16-17). Untuk lebih jelasnya berikut ini disajikan ilustrasi gerakan passing atas sebagai berikut:

Gambar 1. Rangkaian Gerakan Passing Atas
(Amung Ma'mum & Toto Subroto, 2001: 59)

c. Kesalahan yang Sering Terjadi pada Passing Atas

Passing atas merupakan salah satu bentuk keterampilan yang memiliki unsur gerakan cukup kompleks. Kompleksnya gerakan passing atas tersebut dapat mengakibatkan siswa sering melakukan kesalahan. Amung Ma'mum & Toto Subroto (2001: 58) menyatakan kelemahan atau kesalahan dalam melakukan passing atas yaitu:

- 1) Siku terlalu rapat dengan badan sehingga jari-jari menunjuk ke atas.
- 2) Ibu jari menunjuk ke depan.
- 3) Jari-jari lemas dan rapat.
- 4) Bola kena telapak tangan.
- 5) Menggerakkan telapak tangan ke depan.
- 6) Gagal menempatkan diri di bawah bola.
- 7) Gagal meluruskan badan dan lengan.
- 8) Gagal menyentuh bola dengan tepat.

Passing atas dapat dilakukan dengan baik dan benar jika kesalahan-kesalahan seperti di atas dapat dihindari. Kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan siswa, maka seorang guru mampu mencermati dan segera membetulkan gerakan yang benar. Kesalahan yang dibiarkan akan membentuk pola gerakan yang salah, sehingga kualitas passing tidak sesuai seperti yang diharapkan.

5. Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Tidak Standart

a. Hakikat Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Tidak Standart

Pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart merupakan bentuk pembelajaran keterampilan yang dilakukan dari cara yang sederhana atau mudah. Hal ini karena siswa dalam kondisi belum siap atau bola dianggap sebagai penghambat dalam belajar passing atas bola voli. Adapun bola tidak standart yang dimaksud yaitu bola bola yang lebih ringan seperti plastik yang dilapisi kalep, bola tangan, bola lunak.

Pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola tidak standart merupakan suatu bentuk pembelajaran yang berorientasi untuk mengatasi kendala-kendala dalam pembelajaran keterampilan. Jika siswa mengalami kesulitan melakukan passing atas menggunakan bola standart, maka dapat dilakukan dari cara yang lebih mudah atau menggunakan bola yang lebih

ringan. Rusli Lutan dan Adang Suherman (2000: 75&76) menyatakan, “Manakala kondisi sebenarnya menjadi penghambat belajar keterampilan tertutup, rubahlah kondisi latihan itu pada tingkat yang bisa dilakukan siswa selama perubahan kondisi tersebut tidak merusak integritas skill yang dipelajarinya”. Sedangkan ditinjau dari prinsip-prinsip pengaturan belajar keterampilan Sugiyanto (1996: 64) menyatakan:

Berdasarkan pertimbangan tingkat kesulitan dan tingkat kompleksitas, penyusunan materi pelajaran hendaknya mengikuti prinsip-prinsip:

- 1) Dimulai dari materi belajar yang mudah dan ditingkatkan secara berangsur-angsur ke materi yang lebih sukar.
- 2) Dimulai dari materi belajar yang sederhana dan ditingkatkan secara berangsur-angsur ke materi yang semakin kompleks.

Berdasarkan dua pendapat tersebut menunjukkan bahwa, pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart merupakan bentuk pembelajaran yang merubah kondisi belajar sesungguhnya (bola standart) dirubah menggunakan bola plastik. Hal ini karena, pembelajaran passing atas menggunakan bola standart siswa belum siap, belum menguasai teknik passing atas, kekuatan belum memadai. Apabila dalam belajar keterampilan siswa belum siap, maka hasil belajar tidak dapat dicapai. Namun sebaliknya, jika dalam belajar keterampilan siswa dalam kondisi siap, maka akan dapat merespon dengan baik terhadap keterampilan yang dipelajari.

b. Pelaksanaan Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Tidak Standart

Pelaksanaan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart yaitu: guru menerangkan teknik gerakan passing atas dari sikap permulaan, gerakan pelaksanaan dan gerak lanjut serta mendemonstrasikan gerakan passing atas. Setelah guru mendemonstrasikan gerakan passing atas, kemudian mengorganisasi pembelajaran sedemikian rupa agar semua siswa mendapat kesempatan yang sama dalam melakukan tugas ajar. Siswa harus mempraktikkan gerakan passing atas menggunakan bola tidak standart (bola plastik) sesuai dengan petunjuk dan perintah dari guru. Dari waktu pembelajaran keseluruhan, pada akhir sebelum pembelajaran selesai (10 menit terakhir), siswa diberi pembelajaran passing atas menggunakan bola voli ukuran standart. Hal ini dimaksudkan agar siswa dapat beradaptasi terhadap gerakan keterampilan dan mentransfer ke pola keterampilan yang sebenarnya. Menurut Sugiyanto (1996: 82) bahwa, “Transfer bukan merupakan materi pelajaran yang harus diajarkan, melainkan merupakan suatu kondisi yang harus diciptakan agar materi pelajaran yang telah dikuasai murid

bisa memberikan kemudahan bagi murid untuk mempelajari hal-hal yang baru dalam situasi yang baru atau situasi yang lain”.

c. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Tidak Standart

Ditinjau dari alat atau bola yang digunakan pada pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola tidak standart dapat diidentifikasi kelebihan dan kelemahannya. Kelebihan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart antara lain:

- 1) Siswa akan merasa senang dan memiliki motivasi belajar yang tinggi karena bolanya lebih ringan.
- 2) Siswa akan mampu melakukan passing atas secara berulang-ulang.
- 3) Siswa dapat terhindar dari rasa takut dan cidera.
- 4) Dapat meminimalkan kesalahan passing atas, karena siswa tidak terbebani oleh berat bola yang menjadi kendalanya

Sedangkan kelemahan pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola tidak standart antara lain:

- 1) Dibutuhkan ketelatenan dan kesabaran dalam pembelajaran, karena pembelajaran ini memerlukan urutan-urutan penyajian materi secara bertahap, jika tahap yang mudah sudah dikuasai baru ditingkatkan pada tahap yang lebih sulit atau kompleks.
- 2) Dibutuhkan waktu yang lebih lama, bila pada tahap sebelumnya siswa belum menguasai dengan baik.
- 3) Gerakan keterampilan yang sebenarnya (tujuan belajar yaitu kemampuan passing atas menggunakan bola standart) lebih lama untuk dikuasai, karena dibutuhkan adaptasi terhadap bola voli ukuran standart.

6. Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Standart

a. Hakikat Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Standart

Pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola standart yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bola voli untuk ukuran sekolah dasar. Hal ini karena, sampel yang

digunakan dalam penelitian ini adalah siswa Madrasah Ibtidaiyah setara dengan siswa sekolah dasar. Adapun ukuran bola voli standart untuk siswa sekolah dasar menurut PBVSI (1995: 57) yaitu, “Bola nomor 4, berat 230-250 gram, keliling 22-24 cm”.

Pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola standart merupakan bentuk belajar yang menekankan pada kesiapan kondisi siswa. Pada pembelajaran ini semua siswa dianggap telah siap dengan tugas ajar yang akan diberikan guru. Berat bola bukan merupakan kendala dalam proses belajar keterampilan passing atas. Sugiyanto & Agus Kristiyanto (1998:2) menyatakan "Hukum kesiapan (*law of readinees*) menyatakan bahwa belajar akan berlangsung sangat efektif jika pelaku belajar berada dalam suatu kesiapan untuk memberikan respons". Menurut Rusli Lutan (1988: 126) menyatakan bahwa:

Belajar akan berlangsung efektif jika siswa yang bersangkutan telah siap untuk memberikan respon. Hukum kesiapan adalah semacam hukum tentang kesiapan untuk menyesuaikan diri dengan stimulus. Dalam kegiatan belajar keterampilan motorik seperti dalam olahraga misalnya faktor kesiapan, faktor fisik yang berkaitan dengan kematangan fisik atau biologis akan mempengaruhi proses belajar.

Berdasarkan dua pendapat tersebut menunjukkan bahwa, pembelajaran passing atas menggunakan bola standart merupakan cara belajar yang didasarkan pada kesiapan siswa untuk memberikan respon. Dalam hal ini siswa telah memiliki kesiapan baik fisik atau biologis, psikologis dan latar belakang pengetahuan yang baik. Tingkat kesiapan dan latar belakang yang dimiliki siswa akan mempengaruhi hasil belajar.

Pengalaman belajar sangat berperan penting untuk menunjang pencapaian tujuan pembelajaran passing atas menggunakan bola standart. Pengalaman yang dimiliki sebelumnya akan menunjang pelaksanaan tugas yang diberikan guru. Jika tugas gerak yang diberikan sama dengan pengalaman sebelumnya, maka siswa akan lebih mudah untuk melaksanakannya. Pengalaman belajar sebelumnya dapat dijadikan sebagai modal untuk mempelajari lebih lanjut terhadap keterampilan gerak yang sama. Dalam hal ini Sugiyanto (1998: 361) berpendapat, “Keterampilan gerak akan meningkat menyertai proses belajar. Makin sering melakukan gerakan, pelajar semakin terbiasa dengan stimulus dan respon gerakan yang dilakukan. Dengan makin terbiasa dengan stimulus yang sejenis, maka kecepatan untuk merespon terhadap stimulus jenis yang sama akan menjadi semakin cepat”.

b. Pelaksanaan Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Standart

Pada prinsipnya pembelajaran passing atas menggunakan bola standart sama dengan pembelajaran passing atas menggunakan bola plastik. Perbedaannya terletak pada bola yang digunakan dalam pembelajaran. Pelaksanaan pembelajaran passing atas menggunakan bola

standart yaitu: guru menerangkan teknik gerakan passing atas dari sikap permulaan, gerakan pelaksanaan dan gerak lanjut serta mendemonstrasikan gerakan passing atas. Setelah guru mendemonstrasikan gerakan passing atas, kemudian mengorganisasi pembelajaran sedemikian rupa agar semua siswa mendapat kesempatan yang sama dalam melakukan tugas ajar. Siswa harus mempraktikkan gerakan passing atas menggunakan bola standart sesuai dengan petunjuk dan perintah dari guru. Dalam pelaksanaannya pembelajaran passing atas, guru dapat menciptakan kondisi pembelajaran yang bervariasi, misalnya passing atas dengan bola diumpan, passing atas dengan dipantulkan tembok, passing atas berpasangan dan lain sebagainya.

c. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Standart

Perlu disadari bahwa setiap bentuk pembelajaran tentu memiliki kelebihan dan kelemahan. Demikian halnya pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola standart juga memiliki kelebihan dan kelemahan. Berdasarkan pelaksanaan pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola standart dapat diidentifikasi kelebihan dan kelemahannya. Kelebihan pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola standart antara lain:

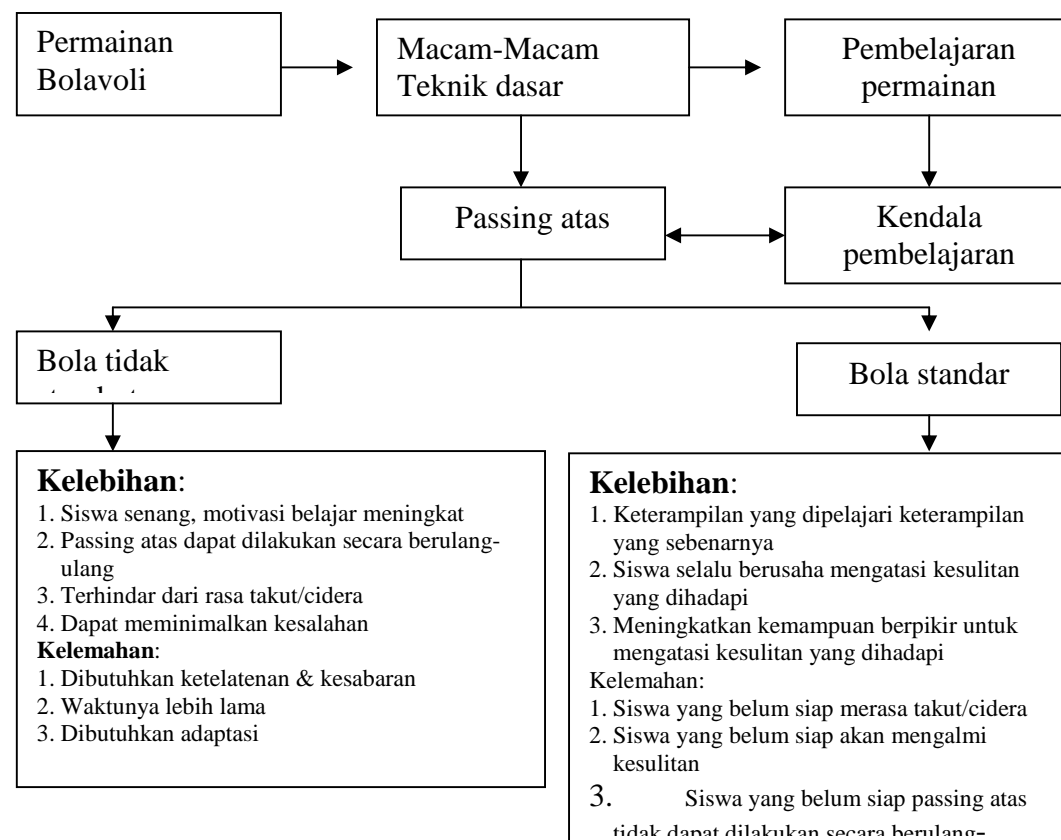
- 1) Siswa dihadapkan pada bentuk keterampilan yang sebenarnya, sehingga siswa harus berusaha menguasainya tanpa mempertimbangkan kesulitannya.
- 2) Siswa harus selalu berusaha menguasai keterampilan passing atas dengan bola standart dan berusaha mengatasi kesulitan yang dihadapi meskipun sulit atau bola berat.
- 3) Meningkatkan kemampuan berpikir siswa untuk mengatasi kesulitan dengan bola standart, agar passing atas dengan bola standart dapat dilakukan dengan benar.

Sedangkan kelemahan pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola standart antara lain:

- 1) Siswa yang belum siap merasa takut cidera (jari-jari tangan kesleo).
- 2) Bagi siswa yang belum siap (kekuatan belum memadai) akan mengalami kesulitan melakukan passing atas menggunakan bola standart, bola terasa berat sehingga hasilnya kurang baik.
- 3) Siswa yang belum siap (kekuatan belum memadai) mengakibatkan passing atas tidak dapat dilakukan secara berulang-ulang, sehingga siswa cepat lelah dan bosan karena tembakannya sering gagal.

B. Kerangka Pemikiran

Berdasarkan tinjauan pustaka yang telah dikemukakan di atas dapat diajukan kerangka pemikiran sebagai berikut:



1) Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Passing Menggunakan Bola Tidak Standart dan Bola Standart terhadap Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli

Berdasarkan peralatan yang digunakan dalam pendekatan pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart, jelas hal ini menunjukkan perbedaan terhadap karakteristik bola yang digunakan. Pendekatan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart merupakan bentuk pembelajaran yang berorientasi pada tingkat kesulitan alat (bola) dianggap sebagai faktor penghambat untuk menguasai keterampilan passing atas, karena siswa belum siap. Bola voli ukuran standart dianggap sebagai faktor penghambat untuk menguasai keterampilan passing atas, sehingga perlu cara atau menggunakan bola yang lebih ringan yaitu bola plastik yang dilapisi kalep. Sedangkan pembelajaran passing atas menggunakan bola standart berorientasi pada pembelajaran kesiapan kondisi siswa. Siswa

dihadapkan pada bentuk keterampilan yang sebenarnya. Bola dianggap bukan penghambat dalam belajar keterampilan passing atas bola voli.

Berdasarkan karakteristik dari masing-masing bentuk pembelajaran tersebut, keduanya memiliki kelebihan dan kelemahan yang berbeda. Kelebihan pendekatan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart antara lain: siswa akan merasa senang dan memiliki motivasi belajar yang tinggi karena bolanya lebih ringan, passing atas dapat dilakukan secara berulang-ulang, dapat terhindar dari rasa takut dan cedera, dapat meminimalkan kesalahan passing atas. Kelemahan pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola tidak standart antara lain: dibutuhkan ketelatenan dan kesabaran dalam pembelajaran, dibutuhkan waktu yang lebih lama, dibutuhkan adaptasi terhadap bola voli ukuran standart.

Sedangkan kelebihan pembelajaran passing atas menggunakan bola standart antara lain: siswa dihadapkan keterampilan yang sebenarnya, dan harus berusaha menguasainya tanpa mempertimbangkan kesulitannya, siswa harus selalu berusaha mengatasi kesulitan yang dihadapi meskipun sulit atau bola berat dan meningkatkan kemampuan berpikir siswa karena siswa harus mengatasi kesulitan agar passing atas dengan bola standart dapat dilakukan dengan benar. Kelemahan pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola standart antara lain: siswa yang belum siap merasa takut cedera (jari-jari tangan kesleo), siswa yang belum siap akan mengalami kesulitan melakukan passing atas menggunakan bola standart, siswa yang belum siap mengakibatkan passing atas tidak dapat dilakukan secara berulang-ulang.

Berdasarkan karakteristik pendekatan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart dan bola standart serta kelebihan dan kelemahan masing-masing, maka kedua bentuk pembelajaran tersebut akan menimbulkan pengaruh yang berbeda terhadap hasil belajar passing atas bola voli. Perbedaan perlakuan akan menimbulkan respon yang berbeda pada diri pelaku. Dengan demikian diduga, antara pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart memiliki perbedaan pengaruh terhadap hasil belajar passing atas dalam permainan bola voli.

2) Pendekatan Pembelajaran Passing Atas Menggunakan Bola Tidak Standart Lebih Baik Pengaruhnya terhadap Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli

Berdasarkan perbedaan tersebut di atas menunjukkan bahwa, pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart lebih baik pengaruhnya terhadap hasil belajar passing atas dalam permainan bola voli. Pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart merupakan bentuk pembelajaran yang dilakukan dari cara yang mudah, dan secara bertahap ditingkatkan pada keterampilan yang sulit. Karena passing atas merupakan keterampilan yang sulit, maka dalam membelajarkannya harus dilakukan dari cara yang mudah. Selain itu juga,

sampel yang digunakan adalah siswa pemula sehingga kemampuannya masih rendah. Pembelajaran keterampilan yang dilakukan dari cara yang mudah dan secara bertahap ditingkatkan pada keterampilan yang sulit, maka siswa akan lebih mudah untuk menguasainya. Dengan demikian diduga, pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart memiliki pengaruh yang lebih baik terhadap hasil belajar passing atas dalam permainan bola voli.

C. Perumusan Hipotesis

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka pemikiran dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010.
2. Pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart lebih baik pengaruhnya terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan bola voli Madrasah Ibtidaiyah Gabungan Tanon Kabupaten Sragen.

2. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan selama satu setengah bulan (enam minggu) dengan tiga kali latihan dalam satu minggu. Penelitian dilaksanakan dari tanggal 01 Oktober sampai dengan bulan 12 Nopember 2009. Waktu latihan pada hari Selasa, Kamis dan Sabtu.

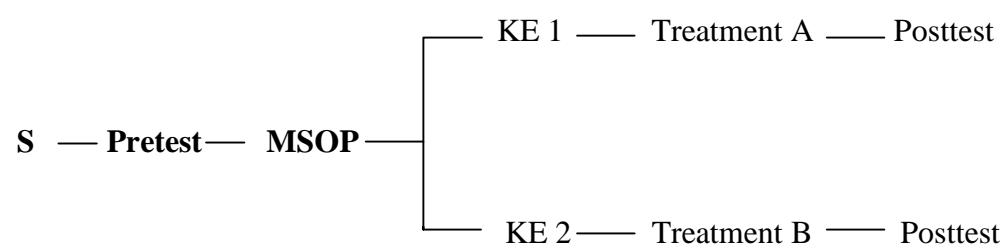
B. Metode Penelitian

1. Metode Eksperimen

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Dasar penggunaan metode ini adalah kegiatan percobaan yang diawali dengan memberikan perlakuan kepada subjek yang diakhiri dengan suatu bentuk tes guna mengetahui pengaruh perlakuan yang telah diberikan. Sugiyanto (1995: 21) menyatakan, “Tujuan penelitian eksperimental adalah untuk meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat serta besarnya hubungan sebab akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan (*treatment*) terhadap kelompok eksperimen yang hasilnya dibandingkan dengan hasil kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan atau diberi perlakuan yang berbeda”.

2. Rancangan Penelitian

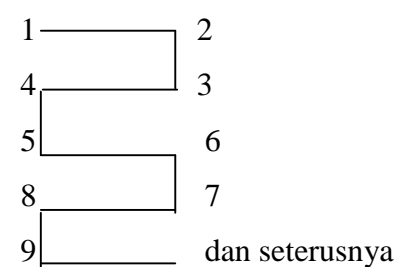
Rancangan dalam penelitian ini adalah “*Pretest-Posttest Design*”. Gambar rancangan penelitian sebagai berikut :



Keterangan:
S = Subjek

Pretest = Tes awal kemampuan passing atas bola voli
 MSOP = *Matched Subject Ordinal Pairing*
 KE1 = Kelompok 1 (K_1)
 KE2 = Kelompok 2 (K_2)
 Treatment A = Pendekatan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart
 Treatment B = Pendekatan pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola standart.
 Posttest = Tes akhir kemampuan passing atas bola voli.

Pembagian kelompok eksperimen didasarkan pada kemampuan passing atas bola voli pada tes awal. Setelah hasil tes awal dirangking, kemudian subjek yang memiliki kemampuan setara dipasang-pasangkan ke dalam kelompok 1 (K_1) dan kelompok 2 (K_2). Dengan demikian kedua kelompok tersebut sebelum diberi perlakuan merupakan kelompok yang sama. Apabila pada akhirnya terdapat perbedaan, maka hal ini disebabkan oleh pengaruh perlakuan yang diberikan. Pembagian kelompok dalam penelitian ini dengan cara *ordinal pairing*. Adapun teknik pembagian kelompok secara *ordinal pairing* menurut Sutrisno Hadi (1995: 485) sebagai berikut:



C. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel bebas dan satu variabel terikat yaitu:

- 1) Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain. Variabel bebas dalam penelitian ini terdiri dari:
 - a. Pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola tidak standart
 - b. Pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola standart
- 2) Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan passing atas dalam permainan bola voli.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri I Gabugan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa putra berjumlah 40 orang. Keseluruhan siswa putra tersebut dijadikan sampel penelitian, sehingga penelitian ini adalah penelitian populasi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian diperoleh melalui tes dan pengukuran kemampuan passing atas bola voli dari Depdiknas. (2003: 9-10). Petunjuk pelaksanaan tes terlampir.

F. Teknik Analisis Data

1. Mencari Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini dengan menggunakan korelasi interklas dengan rumus sebagai berikut:

$$R = \frac{MS_A - MS_W}{MS_A}$$

Keterangan :

R = Koefisien reliabilitas

MS_A = Jumlah rata-rata dalam kelompok

MS_W = Jumlah rata-rata antar kelompok

2. Uji Prasyarat Analisis

Uji prasyarat analisis yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Adapun langkah-langkah dari masing-masing uji prasyarat analisis sebagai berikut:

a) Uji Normalitas

Uji prasyarat analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas. Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan metode Lilliefors dari Sudjana (2002: 466).

Prosedur pengujian normalitas tersebut sebagai berikut :

a) Pengamatan x_1, x_2, \dots, x_n dijadikan bilangan baku z_1, z_2, \dots, z_n dengan menggunakan rumus :

$$z_i = \frac{X_i - \bar{X}}{\sigma}$$

S

Keterangan :

 X_i = Dari variabel masing-masing sampel \bar{X} = Rata-rata

S = Simpangan baku

- b) Untuk tiap bilangan baku ini menggunakan daftar distribusi normal baku, kemudian dihitung peluang $F(z_i) = P(z \leq z_i)$.
- c) Selanjutnya dihitung proporsi z_1, z_2, \dots, z_n yang lebih kecil atau sama dengan z_i . Jika proporsi dinyatakan oleh $S(z_i)$.

$$\text{maka } S(z_i) = \frac{\text{banyaknya } z_1, z_2, \dots, z_n \text{ yang } \leq z_i}{n}$$

- d) Hitung selisih $F(z_i) - S(z_i)$ kemudian ditentukan harga mutlaknya.
- e) Ambil harga yang paling besar diantara harga-harga mutlak selisih tersebut.
- Sebutlah harga terbesar ini L_o .

b) Uji Homogenitas

Dalam uji homogenitas dilakukan dengan cara membagi varians yang lebih besar dengan varians yang lebih kecil. Menurut Sutrisno Hadi (1982: 386) rumusnya adalah:

$$F_{dbvb:dbvk} = \frac{SD^2_{bs}}{SD^2_{kt}}$$

Keterangan:

 $F_{dbvb : dbvk}$ = Derajat kebebasan KE1 dan KE2 SD^2_{bs} = Standart deviasi KE1 SD^2_{kt} = Standart deviasi KE2

3. Uji Perbedaan

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan uji perbedaan dari Sutrisno Hadi (1995: 457) sebagai berikut :

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum d^2}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

t = Nilai uji perbedaan

M_d = Mean perbedaan dari pasangan

$\sum d^2$ = Jumlah deviasi kuadrat tiap sampel dari mean perbedaan

N = Jumlah pasangan

Untuk mencari mean deviasi digunakan rumus sebagai berikut :

$$M_d = \frac{|\sum D|}{N}$$

Keterangan :

D = Perbedaan masing-masing subjek

N = Jumlah pasangan

Untuk menghitung prosentase peningkatan kemampuan passing atas bola voli antara pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan bola standart menggunakan rumus sebagai berikut :

$$\text{Prosentase peningkatan} = \frac{\text{Mean different}}{\text{Mean pretest}} \times 100\%$$

Mean different = mean posttest – mean pretest

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Tujuan penelitian dapat dicapai dengan pengambilan data pada sampel yang telah ditentukan. Data yang dikumpulkan terdiri dari data tes awal secara keseluruhan, kemudian dikelompokkan menjadi dua kelompok dan dilakukan tes akhir pada masing-masing kelompok. Data tersebut kemudian dianalisis dengan statistik, seperti terlihat pada lampiran. Rangkuman hasil analisis data secara keseluruhan disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Data Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan Passing Bola voli pada Kelompok 1 dan Kelompok 2.

Kelompok	Tes	N	Max	Min	Mean	SD
Kelompok 1	awal	20	33	2	20.60	9.24
	akhir	20	35	5	23.20	8.75
Kelompok 2	Awal	20	33	4	20.70	8.91
	Akhir	20	33	4	21.25	8.80

B. Mencari Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas tes awal kemampuan passing bawah bola voli dalam penelitian sebagai berikut :

Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal dan Tes Akhir

Tes	Reliabilitas	Kategori
Tes awal kemampuan passing atas bola voli	0.8922	Tinggi
Tes akhir kemampuan passing atas bola voli	0.8986	Tinggi

Untuk mengartikan kategori koefisien reliabilitas tes tersebut menggunakan pedoman tabel koefisien korelasi dari *Book Walter* seperti dikutip Mulyono B.(1992: 15) sebagai berikut:

Tabel 3. Range Kategori Reliabilitas

Kategori	Validita	Reliabilita	Obyektivita
Tinggi sekali	0,80 – 1,0	0,90 – 1,0	0,95 – 1,0

Tinggi	0,70 – 0,79	0,80 – 0,89	0,85 – 0,94
Cukup	0,50 – 0,69	0,60 – 0,79	0,70 – 0,84
Kurang	0,30 – 0,49	0,40 – 0,59	0,50 – 0,69
Tidak signifikan	0,00 – 0,29	0,00 – 0,39	0,00 – 0,49

C. Pengujian Persyaratan Analisis

Sebelum dilakukan analisis data, perlu dilakukan pengujian persyaratan analisis. Pengujian persyaratan analisis yang dilakukan terdiri dari uji normalitas dan uji homogenitas.

1. Uji Normalitas

Sebelum dilakukan analisis data diuji distribusi kenormalannya dari data tes awal kemampuan passing bawah bola voli. Uji normalitas data dalam penelitian ini digunakan metode Lilliefors. Hasil uji normalitas data yang dilakukan terhadap hasil tes awal pada kelompok 1 dan kelompok 2 adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data

Kelompok	N	Mean	SD	L_{hitung}	$L_{t\ 5\%}$
K₁	20	20.60	9.24	-0.1043	0.220
K₂	20	20.70	8.91	-0.0837	0.220

Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan pada kelompok 1 (**K₁**) diperoleh nilai $L_{hitung} = -0.1043$. Nilai tersebut lebih kecil dari angka batas penolakan pada taraf signifikan 5% yaitu 0,220. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data pada kelompok 1 (**K₁**) termasuk berdistribusi normal. Sedangkan dari hasil uji normalitas yang dilakukan pada kelompok 2 (**K₂**) diperoleh nilai $L_{hitung} = -0.0837$, ternyata juga lebih kecil dari angka batas penolakan hipotesis nol pada taraf signifikan 5% yaitu 0,220. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data pada kelompok 2 (**K₂**) termasuk berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dimaksudkan untuk mengetahui kesamaan varians dari kedua kelompok. Jika kedua kelompok tersebut memiliki kesamaan varians, maka apabila nantinya

kedua kelompok memiliki perbedaan, maka perbedaan tersebut disebabkan perbedaan rata-rata kemampuan. Hasil uji homogenitas data antara kelompok 1 dan kelompok 2 sebagai berikut:

Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data

Kelompok	N	SD ²	F _{hitung}	F _{t 5%}
K 1	20	57.849	0.901	2,48
K 2	20	64.196		

Berdasarkan hasil uji homogenitas yang dilakukan diperoleh nilai $F_{hitung} = 0,901$. Sedangkan dengan db = 14 lawan 14, angka $F_{t 5\%} = 2,48$, ternyata nilai $F_{hitung} 0,901$ lebih kecil dari $F_{t 5\%} = 2,48$. Karena $F_{hitung} < F_{tabel 5\%}$, maka hipotesis nol diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelompok 1 (**K₁**) dan kelompok 2 (**K₂**) memiliki varians yang homogen.

D. Hasil Analisis Data

1. Uji Perbedaan sebelum Diberi Perlakuan

Sebelum diberi perlakuan kelompok yang dibentuk dalam penelitian diuji perbedaannya terlebih dahulu. Hal ini dengan maksud untuk mengetahui ketetapan anggota pada kedua kelompok tersebut. Sebelum diberi perlakuan berangkat dari keadaan yang sama atau tidak. Hasil uji perbedaan antara kelompok 1 dan kelompok 2 sebelum diberi perlakuan sebagai berikut:

Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal pada Kelompok 1 dan Kelompok 2.

Kelompok	N	Mean	t	T _{tabel 5%}
K ₁	20	20.60	0.346	1,72
K ₂	20	20.70		

Berdasarkan hasil pengujian perbedaan tes awal dengan analisis statistik t-test antara kelompok 1 dan kelompok 2 diperoleh nilai sebesar 0,346 dan t_{tabel} dengan $N = 20$, $db = 20 - 1 = 19$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 1,72. Hal ini menunjukkan bahwa $t_{hitung} < t_{tabel}$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, H_0 diterima. Hal ini artinya, antara kelompok 1 dan kelompok 2 sebelum diberi perlakuan tidak ada perbedaan yang signifikan pada awalnya.

2. Uji Perbedaan sesudah Diberi Perlakuan

Setelah dilakukan perlakuan, yaitu kelompok 1 diberi perlakuan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart dan kelompok 2 diberi perlakuan pembelajaran passing atas menggunakan bola standart, kemudian dilakukan uji perbedaan. Uji perbedaan yang dilakukan dalam penelitian ini hasilnya sebagai berikut:

- a. Hasil uji perbedaan tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 yaitu:

Tabel 7. Rangkuman Uji Perbedaan Hasil Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 1

Kelompok	N	Mean	t_{hitung}	$t_{tabel\ 5\%}$
Tes awal	20	20.60	5.048	1,72
Tes akhir	20	23.20		

Berdasarkan hasil pengujian perbedaan dengan analisis statistik t-test kelompok 1 antara hasil tes awal dan tes akhir diperoleh nilai sebesar 5.048 dan t_{tabel} dengan $N = 20$, $db = 20 - 1 = 19$ dengan taraf signifikansi 5% adalah sebesar 1,72. Hal ini menunjukkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$, sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 terdapat perbedaan yang signifikan.

- b. Hasil uji perbedaan tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 yaitu:

Tabel 8. Rangkuman Hasil Ujian Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 2.

Kelompok	N	Mean	t_{hitung}	$t_{tabel\ 5\%}$
Tes awal	20	20.70	6708	1,72
Tes akhir	20	22.20		

Berdasarkan pengujian perbedaan dengan analisis statistik t-test kelompok 2 antara hasil tes awal dan tes akhir diperoleh nilai sebesar 7.487, dan t_{tabel} dengan $N = 20$, $db = 20 - 1 = 19$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 1,72. Hal ini menunjukkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 terdapat perbedaan yang signifikan.

- c. Hasil uji perbedaan tes akhir antara kelompok 1 dan kelompok 2 yaitu :

Tabel 9. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir antara Kelompok 1 dan Kelompok 2

Kelompok	N	Mean	t_{hitung}	$t_{tabel\ 5\%}$
K ₁	20	23.20	1.774	1,72
K ₂	20	21.25		

Berdasarkan pengujian perbedaan dengan analisis statistik t-test hasil tes akhir antara kelompok 1 dan kelompok 2 diperoleh nilai sebesar 1.774, dan t_{tabel} dengan $N = 20$, $db = 20 - 1 = 19$ pada taraf signifikansi 5% adalah sebesar 1,72. Hal ini menunjukkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan hasil tes akhir antara kelompok 1 dan kelompok 2 terdapat perbedaan yang signifikan.

d. Perbedaan Prosentase Peningkatan

Kelompok mana yang memiliki prosentase peningkatan yang lebih baik dapat diketahui melalui penghitungan perbedaan prosentase peningkatan tiap-tiap kelompok. Adapun nilai perbedaan peningkatan kemampuan passing atas bola voli dalam persen antara kelompok 1 dan kelompok 2 sebagai berikut:

Tabel 10. Rangkuman Hasil Penghitungan Nilai Perbedaan Peningkatan Kemampuan Passing Atas Bola Voli antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.

Kelompok	N	Mean Pretest	Mean Posttest	Mean Different	Prosentase Peningkatan
Kelompok 1	20	20.60	23.20	2.60	12.62136%
Kelompok 2	20	20.70	21.25	0.55	2.657005%

Berdasarkan hasil pengitungan prosentase peningkatan kemampuan passing bawah bola voli diketahui bahwa kelompok 1 memiliki peningkatan kemampuan passing atas bola voli sebesar 12.62136%. Sedangkan kelompok 2 memiliki peningkatan kemampuan passing bawah bola voli sebesar 2.657005%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelompok 1 memiliki prosentase peningkatan kemampuan passing atas bola voli yang lebih besar dari pada kelompok 1.

E. Pengujian Hipotesis

1. Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Menggunakan Bola Tidak Standart dan Bola Standart terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan sebelum diberi perlakuan, diperoleh nilai t antara tes awal pada kelompok 1 dan kelompok 2 = 0.346, sedangkan $t_{\text{tabel}} = 1,72$. Ternyata $t_{\text{hit}} < t_{\text{tabel}}$, yang berarti hipotesis nol diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, kelompok 1 dan kelompok 2 sebelum diberi perlakuan dalam keadaan seimbang atau tidak terdapat perbedaan kemampuan passing atas bola voli. Hal ini artinya, antara kelompok 1 dan 2 berangkat dari titik tolak kemampuan passing atas bola voli yang sama. Apabila setelah diberi perlakuan terdapat perbedaan, hal ini karena adanya perbedaan perlakuan yang diberikan.

Berdasarkan hasil pengujian perbedaan tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 diperoleh nilai sebesar = 5.048 sedangkan $t_{\text{tabel}} = 1,72$. Ternyata $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}} 5\%$, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 1. Hal ini artinya, kelompok 1 memiliki peningkatan kemampuan passing atas bola voli yang disebabkan oleh perlakuan yang diberikan yaitu pembelajaran passing atas bola voli menggunakan bola tidak standart.

Berdasarkan hasil pengujian perbedaan tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 diperoleh nilai sebesar = 6.708, sedangkan $t_{\text{tabel}} = 1,72$. Ternyata $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 2. Hal ini artinya, kelompok 2 memiliki peningkatan kemampuan passing atas bola voli yang disebabkan oleh perlakuan yang diberikan, yaitu pembelajaran passing atas menggunakan bola standart.

Berdasarkan hasil pengujian perbedaan yang dilakukan pada data tes akhir antara kelompok 1 dan kelompok 2 diperoleh hasil t_{hitung} sebesar 1.774, sedangkan t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% sebesar 1,72. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tes akhir pada kelompok 1 dan tes akhir kelompok 2. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan, ada perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010, dapat diterima kebenarannya.

2. Pendekatan Pembelajaran Passing Bola Voli Menggunakan Bola Tidak Standart Lebih Baik Pengaruhnya terhadap Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli

Berdasarkan hasil penghitungan prosentase peningkatan kemampuan passing atas bola voli diketahui bahwa, kelompok 1 memiliki nilai prosentase peningkatan kemampuan passing atas sebesar 12.62136%. Sedangkan kelompok 2 memiliki peningkatan kemampuan passing bawah bola voli sebesar 2.657005%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa, kelompok 1 memiliki prosentase peningkatan kemampuan passing atas bola voli yang lebih besar dari pada pada kelompok 1. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan, pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart lebih baik pengaruhnya terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabugan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010, dapat diterima kebenarannya.

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan menggunakan bola standart terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010, dengan nilai perhitungan t_{hit} sebesar 1.774 dan t_{tabel} sebesar 1,72 pada taraf signifikasi 5%.
2. Pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart lebih baik pengaruhnya terhadap hasil belajar passing atas bola voli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2009/2010. Kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan pendekatan pembelajaran passing atas menggunakan bola tidak standart) memiliki peningkatan sebesar 12.62136%. Sedangkan kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan pendekatan pembelajaran passing atas menggunakan bola standart) memiliki peningkatan sebesar 2.657005%.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa, pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart memiliki pengaruh yang lebih baik terhadap peningkatan kemampuan passing atas dalam permainan bola voli.

Implikasi teoritik dari hasil penelitian ini adalah, setiap bentuk pembelajaran memiliki efektivitas yang berbeda dalam meningkatkan kemampuan passing atas bola voli. Oleh karena itu, dalam memberikan pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan passing atas bola voli harus menerapkan bentuk pembelajaran yang tepat. Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar pertimbangan untuk memilih bentuk pembelajaran yang tepat, khususnya untuk meningkatkan kemampuan passing atas dalam permainan bola voli.

C. Saran

Sehubungan dengan simpulan yang telah diambil dan implikasi yang ditimbulkan, maka kepada guru Penjasorkes SD Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Upaya meningkatkan kemampuan passing atas bola voli, harus diterapkan pendekatan pembelajaran yang tepat, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.
2. Untuk meningkatkan kemampuan passing atas bola voli dapat diterapkan pendekatan pembelajaran passing menggunakan bola tidak standart dan bola standart.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifuddin dan Muhadi. 1991/1992. *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Amung Ma'mum & Toto Subroto. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Permainan Bola Voli Konsep & Metode Pembelajaran*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- A. Sarumpaet, Zulfar Djazet, Parno dan Imam Sadikun. 1992. *Permainan Bola Besar*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Barbara L.V. & Bonnie J.F. 1996. *Bola voli Tingkat Pemula*. Alih Bahasa. Monti. Jakarta: Raja Grafindo.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2003. *Petunjuk Tes Keterampilan Bola voli Usia 13-15 Tahun*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- H.J. Gino, Suwarni, Suripto, Maryanto dan Sutijan. 1998. *Belajar dan Pembelajaran II*. Surakarta: UNS Press.
- Mulyono B. 1992. *Tes dan Pengukuran*. Surakarta: UNS Press.
- M. Yunus. 1992. *Bola voli Olahraga Pilihan*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- PBVSI. 1995. *Metodologi Pelatihan Bola voli*. Jakarta: Sekretariat Umum PP. PBVSI.
- Rusli Lutan. 1988. *Belajar Ketrampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti.
- Rusli Lutan dan Adang Suherman. 2000. *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Slameto. 1995. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Soedarwo, Sunardi dan Agus Margono. 2000. *Teori dan Praktek Bolavoli Dasar*. Surakarta: UNS Press.
- Sudjana. 2002. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito
- Sugiyanto. 1995. *Metodologi Penelitian*. Surakarta: UNS Press.
- 1996. *Belajar Gerak I*. Surakarta: UNS Press.

——— 1998. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Peningkatan Mutu Guru Penjaskes. SD Setra D-II.

Sugiyanto dan Agus Kristiyanto. 1998. *Belajar Gerak II*. Surakarta: UNS Press.

Sugiyanto, Soedarwo dan Sunardi. 1994. *Kepelatihan Bola voli*. Surakarta: UNS Press.

Suharno HP. 1985. *Dasar-Dasar Permainan Bola voli*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.

Sukintaka. 2004. *Teori Pendidikan Jasmani Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan*. Bandung: Yayasan Nuansa Cendekia.

Sutrisno Hadi 1982. *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: Andi Offset.

——— 1995. *Metodologi Research Jilid IV*. Yogyakarta: Andi Offset.

Wahjoedi. 1999. *Pendekatan Pembelajaran Menendang Bola dalam Permainan Sepakbola. Jurnal Iptek Olahraga*. Jakarta: Pusat Pengkajian dan Pengembangan IPTEK (PPPITOR). Kantor Menteri Negara dan Olahraga.

Wina Sanjaya. 2006. *Pembelajaran dalam Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

LAMPIRAN

Lampiran 1.

Data Tes Awal Kemampuan Passing Atas Bolovoli.

No	Nama	Repetisi Tes		Hasil
		I	II	
1	Antonio	30	15	30
2	Aditya Jodi Prabowo	20	28	28
3	Ajimas Surya Hidayat	20	19	20
4	Andika Elza Hambali	28	30	30
5	Ansori Lubis	28	20	28
6	Antonius Wiliargo	19	26	26
7	Dwi Agung Susiloningrum	30	26	30
8	Ferry Anggriawan	21	23	23
9	Kiki Neno Wariman	25	30	30
10	Krismanto Pamungkas	23	21	23
11	Muhammad Eksanudin	27	32	32
12	Muhammad Abdul Aziz	33	26	33
13	Nanda Dadesanto	33	30	33
14	Panji Saputro	21	16	21
15	R. Tegar Kurnia Kharistanto	20	24	24
16	Rachmad Achmadi Prabowo	25	26	26
17	Towaf Ariza Saputro	25	15	25
18	Yanuar Adi Saputro	23	24	24
19	Roni Andreas Turnip	23	25	25
20	Aditya Oktaviana Purwadi	20	15	20
21	Ardina Mulia Arianto	21	14	21
22	Yazid Lutfi Syaifullah	13	20	20
23	Faris Chamal	25	30	30
24	Andri Kurniawan	26	33	33
25	Hamzah Ratullah	17	23	23
26	Irsa Muhammad Syarii	4	4	4
27	Yosef Manulang	3	4	4
28	Ketut Indra Prakusa	5	3	5
29	Kukuh Laksana	8	6	8
30	Muhammad Zen	18	15	18
31	Rahmatullah Yusup Pangestu	2	2	2
32	Rivaldo Clerian	2	4	4
33	Rochim Kolifah Aridho	17	18	18
34	Abdul Ghoni Arindho	4	13	13
35	Deni Rabriyanto	19	10	19
36	Yoni A.S	11	5	11
37	Yusuf Amin Hamidi	15	10	15
38	Zainudin Mubaroq	14	16	16
39	Malik Ashar	10	17	17
40	Ridwan Handoko	12	14	14

Lampiran 2.

Uji Reliabilitas Data Tes Awal Kemampuan Passing Atas Bolavoli.

No	Nama	X	Y	X ²	Y ²	X ² Y ²	T	T ²
1	Antonio	30	15	900	225	1125	45	2025
2	Aditya Jodi Prabowo	20	28	400	784	1184	48	2304
3	Ajimas Surya Hidayat	20	19	400	361	761	39	1521
4	Andika Elza Hambali	28	30	784	900	1684	58	3364
5	Ansori Lubis	28	20	784	400	1184	48	2304
6	Antonius Wiliargo	19	26	361	676	1037	45	2025
7	Dwi Agung Susiloningrum	30	26	900	676	1576	56	3136
8	Ferry Anggriawan	21	23	441	529	970	44	1936
9	Kiki Neno Wariman	25	30	625	900	1525	55	3025
10	Krismanto Pamungkas	23	21	529	441	970	44	1936
11	Muhammad Eksanudin	27	32	729	1024	1753	59	3481
12	Muhammad Abdul Aziz	33	26	1089	676	1765	59	3481
13	Nanda Dadesanto	33	30	1089	900	1989	63	3969
14	Panji Saputro	21	16	441	256	697	37	1369
15	R. Tegar Kurnia Kharistanto	20	24	400	576	976	44	1936
16	Rachmad Achmadi Prabowo	25	26	625	676	1301	51	2601
17	Towaf Ariza Saputro	25	15	625	225	850	40	1600
18	Yanuar Adi Saputro	23	24	529	576	1105	47	2209
19	Roni Andreas Turnip	23	25	529	625	1154	48	2304
20	Aditya Oktaviana Purwadi	20	15	400	225	625	35	1225
21	Ardina Mulia Arianto	21	14	441	196	637	35	1225
22	Yazid Lutfi Syaifullah	13	20	169	400	569	33	1089
23	Faris Chamal	25	30	625	900	1525	55	3025
24	Andri Kurniawan	26	33	676	1089	1765	59	3481
25	Hamzah Ratullah	17	23	289	529	818	40	1600
26	Irsa Muhammad Syarii	4	4	16	16	32	8	64
27	Yosef Manulang	3	4	9	16	25	7	49
28	Ketut Indra Prakusa	5	3	25	9	34	8	64
29	Kukuh Laksana	8	6	64	36	100	14	196
30	Muhammad Zen	18	15	324	225	549	33	1089
31	Rahmatullah Yusup Pangestu	2	2	4	4	8	4	16
32	Rivaldo Clerian	2	4	4	16	20	6	36
33	Rochim Kolifah Aridho	17	18	289	324	613	35	1225
34	Abdul Ghoni Arindho	4	13	16	169	185	17	289
35	Deni Rabriyanto	19	10	361	100	461	29	841
36	Yoni A.S	11	5	121	25	146	16	256
37	Yusuf Amin Hamidi	15	10	225	100	325	25	625
38	Zainudin Mubaroq	14	16	196	256	452	30	900
39	Malik Ashar	10	17	100	289	389	27	729
40	Ridwan Handoko	12	14	144	196	340	26	676
	Jumlah	740	732	16678	16546	33224	1472	65226
	Mean	18,50	18,30	416,95	413,65	830,60	36,80	1630,65
	SD	8,75	8,99	303,07	319,52	576,71	16,84	1149,02
	Max	33	33					
	Min	2	2					

Langkah 1

$$\Sigma X = 1472$$

$$\Sigma X^2 = 33224$$

Langkah 2.

$$SS_T = \Sigma X^2 - \frac{(\Sigma X)^2}{n.k} = 33224 - \frac{(1472)^2}{(40)(2)} = 6139.20$$

$$SS_A = \frac{\Sigma T_i^2}{k} - \frac{(\Sigma X)^2}{n.k} = \frac{65226}{2} - \frac{(1472)^2}{(40)(2)} = 5528.20$$

$$SS_W = \Sigma X^2 - \frac{\Sigma T_i^2}{k} = 33224 - \frac{65226}{2} = 611.00$$

Langkah 3.

$$df_T = (n)(k) - 1 = (40)(2) - 1 = 79$$

$$df_A = n - 1 = 40 - 1 = 39$$

$$df_W = n(k - 1) = 40(2 - 1) = 40$$

Langkah 4.

$$MS_A = \frac{SS_A}{df_A} = \frac{5528.20}{39} = 141.749$$

$$MS_W = \frac{SS_W}{df_W} = \frac{611}{40} = 15.275$$

Langkah 5.

Tabel Anava uji reliabilitas interklas

Sumber	Df	SS	MS
Diantara subyek	39	5528,20	141,749
Dalam subyek	40	611,00	15,275
Total	79	6139,20	

$$R = \frac{MS_A - MS_W}{MS_A} = \frac{141.749 - 15.275}{141.749} = 0.8922$$

Lampiran 3.

Pembagian Kelompok Sampel Penelitian Berdasarkan Urutan Rangkings.

No	Nama	Tes	r
12	Muhammad Abdul Aziz	33	1
13	Nanda Dadesanto	33	2
24	Andri Kurniawan	33	3
11	Muhammad Eksanudin	32	4
1	Antonio	30	5
4	Andika Elza Hambali	30	6
7	Dwi Agung Susiloningrum	30	7
9	Kiki Neno Wariman	30	8
23	Faris Chamal	30	9
2	Aditya Jodi Prabowo	28	10
5	Ansori Lubis	28	11
6	Antonius Wiliargo	26	12
	Rachmad Achmadi		
16	Prabowo	26	13
17	Towaf Ariza Saputro	25	14
19	Roni Andreas Turnip	25	15
15	R. Tegar Kurnia Kharistanto	24	16
18	Yanuar Adi Saputro	24	17
8	Ferry Anggriawan	23	18
10	Krismanto Pamungkas	23	19
25	Hamzah Ratullah	23	20
14	Panji Saputro	21	21
21	Ardina Mulia Arianto	21	22
3	Ajimas Surya Hidayat	20	23
20	Aditya Oktaviana Purwadi	20	24
22	Yazid Lutfi Syaifullah	20	25
35	Deni Rabriyanto	19	26
30	Muhammad Zen	18	27
33	Rochim Kolifah Aridho	18	28
39	Malik Ashar	17	29
38	Zainudin Mubaroq	16	30
37	Yusuf Amin Hamidi	15	31
40	Ridwan Handoko	14	32
34	Abdul Ghoni Arindho	13	33
36	Yoni A.S	11	34
29	Kukuh Laksana	8	35
28	Ketut Indra Prakusa	5	36
26	Irsa Muhammad Syarii	4	37
27	Yosef Manulang	4	38
32	Rivaldo Clerian	4	39
	Rahmatullah Yusup		
31	Pangestu	2	40

Lampiran 4

Pembagian Kelompok Sampel Penelitian.

Kelompok 1			Kelompok 2		
Muhammad Abdul Aziz	33	1	Nanda Dadesanto	33	2
Muhammad Eksanudin	32	4	Andri Kurniawan	33	3
Antonio	30	5	Andika Elza Hambali	30	6
Kiki Neno Wariman	30	8	Dwi Agung Susiloningrum	30	7
Faris Chamal	30	9	Aditya Jodi Prabowo	28	10
Antonius Wiliargo	26	12	Ansori Lubis	28	11
Rachmad Achmadi Prabowo	26	13	Towaf Ariza Saputro	25	14
R. Tegar Kurnia Kharistanto	24	16	Roni Andreas Turnip	25	15
Yanuar Adi Saputro	24	17	Ferry Anggriawan	23	18
Hamzah Ratullah	23	20	Krismanto Pamungkas	23	19
Panji Saputro	21	21	Ardina Mulia Arianto	21	22
Aditya Oktaviana Purwadi	20	24	Ajimas Surya Hidayat	20	23
Yazid Lutfi Syaifullah	20	25	Deni Rabriyanto	19	26
Rochim Kolifah Aridho	18	28	Muhammad Zen	18	27
Malik Ashar	17	29	Zainudin Mubaroq	16	30
Ridwan Handoko	14	32	Yusuf Amin Hamidi	15	31
Abdul Ghoni Arindho	13	33	Yoni A.S	11	34
Ketut Indra Prakusa	5	36	Kukuh Laksana	8	35
Irsa Muhammad Syarii	4	37	Yosef Manulang	4	38
Rahmatullah Yusup Pangestu	2	40	Rivaldo Clerian	4	39

Lampiran 5.

Uji Normalitas Dat Tes Awal Kelompok 1

Kelompok 1 (A)						
No	Nama	Xi	Zi	F(zi)	S(zi)	F(zi)-S(zi)
1	Rahmatullah Yusup Pangestu	2	-2,01	0,0221	0,05	-0,0279
2	Irsa Muhammad Syarii	4	-1,80	0,0362	0,10	-0,0638
3	Ketut Indra Prakusa	5	-1,69	0,0457	0,15	-0,1043
4	Abdul Ghoni Arindho	13	-0,82	0,2054	0,20	0,0054
5	Ridwan Handoko	14	-0,71	0,2375	0,25	-0,0125
6	Malik Ashar	17	-0,39	0,3484	0,30	0,0484
7	Rochim Kolifah Aridho	18	-0,28	0,3892	0,35	0,0392
8	Aditya Oktaviana Purwadi	20	-0,06	0,4741	0,45	0,0241
9	Yazid Lutfi Syaifullah	20	-0,06	0,4741	0,45	0,0241
10	Panji Saputro	21	0,04	0,5173	0,50	0,0173
11	Hamzah Ratullah	23	0,26	0,6025	0,55	0,0525
12	R. Tegar Kurnia Kharistanto	24	0,37	0,6436	0,65	-0,0064
13	Yanuar Adi Saputro	24	0,37	0,6436	0,65	-0,0064
14	Antonius Wiliargo	26	0,58	0,7205	0,75	-0,0295
15	Rachmad Achmadi Prabowo	26	0,58	0,7205	0,75	-0,0295
16	Antonio	30	1,02	0,8455	0,90	-0,0545
17	Kiki Neno Wariman	30	1,02	0,8455	0,90	-0,0545
18	Faris Chamal	30	1,02	0,8455	0,90	-0,0545
19	Muhammad Eksanudin	32	1,23	0,8914	0,95	-0,0586
20	Muhammad Abdul Aziz	33	1,34	0,9102	1,00	-0,0898
	Mean	20,60				
	SD	9,24				tbl=0,220

Dari penghitungan di atas diperoleh $L_{hitung} = -0,1043$, dengan $N = 20$ pada taraf signifikansi 5%(0.05) diperoleh nilai $L_{tabel} = 0,220$. Hasil tersebut menunjukkan nilai L_{hitung} lebih kecil dari L_{tabel} 5% ($L_{hitung} < L_{tabel}$). Dengan demikian hipotesis nol (H_0) diterima. Hal ini artinya, data tes awal kemampuan passing atas bolavoli pada kelompok 1 tersebut berdistribusi normal.

Lampiran 6

Uji Normalitas Dat Tes Awal Kelompok 2

Kelompok 2 (B)						
No	Nama	Xi	Zi	F(zi)	S(zi)	F(zi)-S(zi)
1	Yosef Manulang	4	-1,87	0,0304	0,10	-0,0696
2	Rivaldo Clerian	4	-1,87	0,0304	0,10	-0,0696
3	Kukuh Laksana	8	-1,43	0,0770	0,15	-0,0730
4	Yoni A.S	11	-1,09	0,1382	0,20	-0,0618
5	Yusuf Amin Hamidi	15	-0,64	0,2612	0,25	0,0112
6	Zainudin Mubarq	16	-0,53	0,2989	0,30	-0,0011
7	Muhammad Zen	18	-0,30	0,3809	0,35	0,0309
8	Deni Rabriyanto	19	-0,19	0,4243	0,40	0,0243
9	Ajimas Surya Hidayat	20	-0,08	0,4687	0,45	0,0187
10	Ardina Mulia Arianto	21	0,03	0,5134	0,50	0,0134
11	Ferry Anggriawan	23	0,26	0,6018	0,60	0,0018
12	Krismanto Pamungkas	23	0,26	0,6018	0,60	0,0018
13	Towaf Ariza Saputro	25	0,48	0,6853	0,70	-0,0147
14	Roni Andreas Turnip	25	0,48	0,6853	0,70	-0,0147
15	Aditya Jodi Prabowo	28	0,82	0,7937	0,80	-0,0063
16	Ansori Lubis	28	0,82	0,7937	0,80	-0,0063
17	Andika Elza Hambali	30	1,04	0,8517	0,90	-0,0483
18	Dwi Agung Susiloningrum	30	1,04	0,8517	0,90	-0,0483
19	Nanda Dadesanto	33	1,38	0,9163	1,00	-0,0837
20	Andri Kurniawan	33	1,38	0,9163	1,00	-0,0837
	Mean	20,70				
	SD	8,91				tbl=0,220

Dari penghitungan di atas diperoleh $L_{hitung} = -0,0837$, dengan $N = 20$ pada taraf signifikansi 5%(0.05) diperoleh nilai $L_{tabel} = 0,220$. Hasil tersebut menunjukkan nilai L_{hitung} lebih kecil dari L_{tabel} 5% ($L_{hitung} < L_{tabel}$). Dengan demikian hipotesis nol (H_0) diterima. Hal ini artinya, data tes awal kemampuan passing atas bolavoli pada kelompok 2 tersebut berdistribusi normal.

Lampiran 7.

Uji Homogenitas Data Tes Awal

Pasangan Subyek	K - 1	K - 2	X1^2	X2^2
1 2	33	33	1089	1089
4 3	32	33	1024	1089
5 6	30	30	900	900
8 7	30	30	900	900
9 10	30	28	900	784
12 11	26	28	676	784
13 14	26	25	676	625
16 15	24	25	576	625
17 18	24	23	576	529
20 19	23	23	529	529
21 22	21	21	441	441
24 23	20	20	400	400
25 26	20	19	400	361
28 27	18	18	324	324
29 30	17	16	289	256
32 31	14	15	196	225
33 34	13	11	169	121
36 35	5	8	25	64
37 38	4	4	16	16
40 39	2	4	4	16
Jumlah	412	414	10110	10078
Mean	20,60	20,70		
SD	9,242	8,909		

Menghitung nilai homogenitas data tes awal kelompok 1 dan kelompok 2.

1. Hasil penghitungan data kelompok 1

$$N=15 \quad \Sigma X=223 \quad \Sigma X^2=4183$$

$$SD^2 = \frac{\Sigma X^2}{N} - \left(\frac{\Sigma X}{N} \right)^2 \quad SD^2 = \frac{4183}{15} - \left(\frac{223}{15} \right)^2 = 57.849$$

2. Hasil Penghitungan data tes awal kelompok 2

$$N=15 \quad \Sigma X=226 \quad \Sigma X^2=4368$$

$$SD^2 = \frac{\Sigma X^2}{N} - \left(\frac{\Sigma X}{N} \right)^2 \quad SD^2 = \frac{4368}{15} - \left(\frac{226}{15} \right)^2 = 64.196$$

Menghitung Nilai Homogenitas :

$$F_{dbvb : dbvk} = \frac{SD_{bs}^2}{SD_{kt}^2} \quad F_{14:14} = \frac{57.849}{64.196} = 0.901$$

Kesimpulan :

Dengan db = 14 lawan 14 angka $F_{tabel} 5\% = 2,48$. Sedangkan harga $F_{hitung} = 0.901$, ternyata lebih kecil dari harga F_{tabel} . Dengan demikian hipotesis nol diterima, artinya data kedua kelompok tersebut homogen.

Lampiran 8.

Data Tes Akhir Kemampuan Passing Atas Bolavoli

No	Nama	Repetisi Tes		Hasil
		I	II	
1	Abdul Ghoni Arindho	21	15	21
2	Aditya Oktaviana Purwadi	21	20	21
3	Antonio	31	25	31
4	Antonius Wiliargo	30	27	30
5	Faris Chamal	30	32	32
6	Hamzah Ratullah	20	24	24
7	Irsa Muhammad Syarii	4	5	5
8	Ketut Indra Prakusa	8	4	8
9	Kiki Neno Wariman	29	32	32
10	Malik Ashar	16	21	21
11	Muhammad Abdul Aziz	28	35	35
12	Muhammad Eksanudin	31	24	31
13	Panji Saputro	25	24	25
14	R. Tegar Kurnia Kharistanto	21	26	26
15	Rachmad Achmadi Prabowo	30	26	30
16	Rahmatullah Yusup Pangestu	5	5	5
17	Ridwan Handoko	22	20	22
18	Rochim Kolifah Aridho	11	20	20
19	Yanuar Adi Saputro	20	25	25
20	Yazid Lutfi Syaifullah	20	12	20
21	Aditya Jodi Prabowo	20	29	29
22	Ajimas Surya Hidayat	20	14	20
23	Andika Elza Hambali	31	23	31
24	Andri Kurniawan	33	23	33
25	Ansori Lubis	25	29	29
26	Ardina Mulia Arianto	21	23	23
27	Deni Rabriyanto	20	15	20
28	Dwi Agung Susiloningrum	31	26	31
29	Ferry Anggriawan	20	14	20
30	Krismanto Pamungkas	23	20	23
31	Kukuh Laksana	9	5	9
32	Muhammad Zen	17	19	19
33	Nanda Dadesanto	33	25	33
34	Rivaldo Clerian	6	5	6
35	Roni Andreas Turnip	25	20	25
36	Towaf Ariza Saputro	26	20	26
37	Yoni A.S	11	10	11
38	Yosef Manulang	4	4	4
39	Yusuf Amin Hamidi	16	10	16
40	Zainudin Mubarq	17	13	17

Lampiran 9.

Uji Reliabilitas Data Tes Akhir Kemampuan Passing Atas Bolavoli.

No	Nama	X	Y	X ²	Y ²	X ² Y ²	T	T ²
1	Abdul Ghoni Arindho	21	15	441	225	666	36	1296
2	Aditya Oktaviana Purwadi	21	20	441	400	841	41	1681
3	Antonio	31	25	961	625	1586	56	3136
4	Antonius Wiliargo	30	27	900	729	1629	57	3249
5	Faris Chamal	30	32	900	1024	1924	62	3844
6	Hamzah Ratullah	20	24	400	576	976	44	1936
7	Irsa Muhammad Syarii	4	5	16	25	41	9	81
8	Ketut Indra Prakusa	8	4	64	16	80	12	144
9	Kiki Neno Wariman	29	32	841	1024	1865	61	3721
10	Malik Ashar	16	21	256	441	697	37	1369
11	Muhammad Abdul Aziz	28	35	784	1225	2009	63	3969
12	Muhammad Eksanudin	31	24	961	576	1537	55	3025
13	Panji Saputro	25	24	625	576	1201	49	2401
14	R. Tegar Kurnia Kharistanto	21	26	441	676	1117	47	2209
15	Rachmad Achmadi Prabowo	30	26	900	676	1576	56	3136
16	Rahmatullah Yusup Pangestu	5	5	25	25	50	10	100
17	Ridwan Handoko	22	20	484	400	884	42	1764
18	Rochim Kolifah Aridho	11	20	121	400	521	31	961
19	Yanuar Adi Saputro	20	25	400	625	1025	45	2025
20	Yazid Lutfi Syaifullah	20	12	400	144	544	32	1024
21	Aditya Jodi Prabowo	20	29	400	841	1241	49	2401
22	Ajimas Surya Hidayat	20	14	400	196	596	34	1156
23	Andika Elza Hambali	31	23	961	529	1490	54	2916
24	Andri Kurniawan	33	23	1089	529	1618	56	3136
25	Ansori Lubis	25	29	625	841	1466	54	2916
26	Ardina Mulia Arianto	21	23	441	529	970	44	1936
27	Deni Rabriyanto	20	15	400	225	625	35	1225
28	Dwi Agung Susiloningrum	31	26	961	676	1637	57	3249
29	Ferry Anggriawan	20	14	400	196	596	34	1156
30	Krismanto Pamungkas	23	20	529	400	929	43	1849
31	Kukuh Laksana	9	5	81	25	106	14	196
32	Muhammad Zen	17	19	289	361	650	36	1296
33	Nanda Dadesanto	33	25	1089	625	1714	58	3364
34	Rivaldo Clerian	6	5	36	25	61	11	121
35	Roni Andreas Turnip	25	20	625	400	1025	45	2025
36	Towaf Ariza Saputro	26	20	676	400	1076	46	2116
37	Yoni A.S	11	10	121	100	221	21	441
38	Yosef Manulang	4	4	16	16	32	8	64
39	Yusuf Amin Hamidi	16	10	256	100	356	26	676
40	Zainudin Mubaroq	17	13	289	169	458	30	900
	Jumlah	831	769	20045	17591	37636	1600	74210
	Mean	20.78	19.23	501.13	439.78	940.90	40.00	1855.25
	SD	8.44	8.48	326.37	308.87	590.33	16.18	1173.00
	Max	33	35					
	Min	4	4					

Langkah 1

$$\Sigma X = 1600$$

$$\Sigma X^2 = 37636$$

Langkah 2.

$$SS_T = \Sigma X^2 - \frac{(\Sigma X)^2}{n.k} = 33224 - \frac{(1472)^2}{(40)(2)} = 5636.00$$

$$SS_A = \frac{\Sigma T_i^2}{k} - \frac{(\Sigma X)^2}{n.k} = \frac{65226}{2} - \frac{(1472)^2}{(40)(2)} = 5105.00$$

$$SS_W = \Sigma X^2 - \frac{\Sigma T_i^2}{k} = 33224 - \frac{65226}{2} = 531,00$$

Langkah 3.

$$df_T = (n)(k) - 1 = (40)(2) - 1 = 79$$

$$df_A = n - 1 = 40 - 1 = 39$$

$$df_W = n(k - 1) = 40 (2 - 1) = 40$$

Langkah 4.

$$MS_A = \frac{SS_A}{df_A} = \frac{5105.00}{39} = 130.897$$

$$MS_W = \frac{SS_W}{df_W} = \frac{531.00}{40} = 13.275$$

Langkah 5.

Tabel Anava uji reliabilitas interklas

Sumber	Df	SS	MS
Diantara subyek	39	5105.00	130.897
Dalam subyek	40	531.00	13.275
Total	79	5636.00	

$$R = \frac{MS_A - MS_W}{MS_A} = \frac{130.897 - 13.275}{130.897} = 0.8986$$

Lampiran 10.

Rekapitulasi Data Tes Awal, Tes Akhir dan Peningkatan Kemampuan Passing Atas Bolavoli Kelompok 1 dan Kelompok 2.

Kelompok 1				
No	Nama	Pre Test	Post Test	Peningkatan
1	Abdul Ghoni Arindho	13	21	8
2	Aditya Oktaviana Purwadi	20	21	1
3	Antonio	30	31	1
4	Antonius Wiliargo	26	30	4
5	Faris Chamal	30	32	2
6	Hamzah Ratullah	23	24	1
7	Irsa Muhammad Syarii	4	5	1
8	Ketut Indra Prakusa	5	8	3
9	Kiki Neno Wariman	30	32	2
10	Malik Ashar	17	21	4
11	Muhammad Abdul Aziz	33	35	2
12	Muhammad Eksanudin	32	31	-1
13	Panji Saputro	21	25	4
14	R. Tegar Kurnia Kharistanto	24	26	2
15	Rachmad Achmadi Prabowo	26	30	4
16	Rahmatullah Yusup Pangestu	2	5	3
17	Ridwan Handoko	14	22	8
18	Rochim Kolifah Aridho	18	20	2
19	Yanuar Adi Saputro	24	25	1
20	Yazid Lutfi Syaifullah	20	20	0
	Jumlah	412	464	52
	Mean	20.60	23.20	2.60
	SD	9.24	8.75	2.30
Kelompok 2				
No	Nama	Pre Test	Post Test	Peningkatan
1	Aditya Jodi Prabowo	28	29	1
2	Ajimas Surya Hidayat	20	20	0
3	Andika Elza Hambali	30	31	1
4	Andri Kurniawan	33	33	0
5	Ansori Lubis	28	29	1
6	Ardina Mulia Arianto	21	23	2
7	Deni Rabriyanto	19	20	1
8	Dwi Agung Susiloningrum	30	31	1
9	Ferry Anggriawan	23	20	-3
10	Krismanto Pamungkas	23	23	0
11	Kukuh Laksana	8	9	1
12	Muhammad Zen	18	19	1
13	Nanda Dadesanto	33	33	0
14	Rivaldo Clerian	4	6	2
15	Roni Andreas Turnip	25	25	0
16	Towaf Ariza Saputro	25	26	1
17	Yoni A.S	11	11	0
18	Yosef Manulang	4	4	0
19	Yusuf Amin Hamidi	15	16	1
20	Zainudin Mubarog	16	17	1
	Jumlah	414	425	11
	Mean	20.70	21.25	0.55
	SD	8.91	8.80	1.05

Lampiran 11.

Uji Perbedaan Data Tes Awal antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.

Pasangan subyek	K - 1 (X1)	K - 2 (X2)	D (X2 - X1)	d (D - Md)	d ² (D - Md) ²
1 2	33	33	0.00	-0.1	0.01
4 3	32	33	1.00	0.9	0.81
5 6	30	30	0.00	-0.1	0.01
8 7	30	30	0.00	-0.1	0.01
9 10	30	28	-2.00	-2.1	4.41
12 11	26	28	2.00	1.9	3.61
13 14	26	25	-1.00	-1.1	1.21
16 15	24	25	1.00	0.9	0.81
17 18	24	23	-1.00	-1.1	1.21
20 19	23	23	0.00	-0.1	0.01
21 22	21	21	0.00	-0.1	0.01
24 23	20	20	0.00	-0.1	0.01
25 26	20	19	-1.00	-1.1	1.21
28 27	18	18	0.00	-0.1	0.01
29 30	17	16	-1.00	-1.1	1.21
32 31	14	15	1.00	0.9	0.81
33 34	13	11	-2.00	-2.1	4.41
36 35	5	8	3.00	2.9	8.41
37 38	4	4	0.00	-0.1	0.01
40 39	2	4	2.00	1.9	3.61
Jumlah	412.00	414.00	2.00	0.00	31.80
Mean	20.60	20.70	0.10		
SD	9.24	8.91			

Penghitungan analisis t-test untuk mengetahui nilai perbedaan

$$Md = \frac{|\Sigma D|}{N} = \frac{2.00}{20} = 0.10$$

$$t = \frac{|Md|}{\sqrt{\frac{\Sigma d^2}{N(N-1)}}}$$

$$t = \frac{0.10}{0.2893} = 0.346$$

Kesimpulan :

Dari hasil penghitungan uji t diketahui $t_{hitung} = 0,346$. Dengan demikian dapat dibandingkan dengan hasil t_{tabel} dengan db = 20 dan taraf signifikansi 5% maka $t_{tabel} = 1,72$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa

$t_{hitung} < t_{tabel} 5\%$. Dengan demikian hipotesis nol diterima, yang berarti sebelum sampel diberi perlakuan tidak terdapat perbedaan kemampuan passing atas bolavoli antara kelompok 1 dan kelompok 2.

Lampiran 12.

Uji Perbedaan Data Tes Awal dan Tes Akhir kelompok 1

No subyek	Tes Awal (X1)	Tes Akhir (X2)	D (X2 - X1)	d (D - Md)	d ² (D - Md) ²
1	13	21	8	5.40	29.1600
2	20	21	1	-1.60	2.5600
3	30	31	1	-1.60	2.5600
4	26	30	4	1.40	1.9600
5	30	32	2	-0.60	0.3600
6	23	24	1	-1.60	2.5600
7	4	5	1	-1.60	2.5600
8	5	8	3	0.40	0.1600
9	30	32	2	-0.60	0.3600
10	17	21	4	1.40	1.9600
11	33	35	2	-0.60	0.3600
12	32	31	-1	-3.60	12.9600
13	21	25	4	1.40	1.9600
14	24	26	2	-0.60	0.3600
15	26	30	4	1.40	1.9600
16	2	5	3	0.40	0.1600
17	14	22	8	5.40	29.1600
18	18	20	2	-0.60	0.3600
19	24	25	1	-1.60	2.5600
20	20	20	0	-2.60	6.7600
Jumlah	412.00	464.00	52.00	0.00	100.80
Mean	20.60	23.20	2.60		
SD	9.24	8.75			

Penghitungan analisis t-test untuk mengetahui nilai perbedaan

$$Md = \frac{|\Sigma D|}{N} = \frac{52.00}{20} = 2.60$$

$$t = \frac{|Md|}{\sqrt{\frac{\Sigma d^2}{N(N-1)}}}$$

$$t = \frac{2.60}{0.5148} = 5.048$$

Kesimpulan :

Dari hasil pengitungan uji t diketahui $t_{hitung} = 5.048$. Dengan demikian dapat dibandingkan pada hasil t_{tabel} dengan db = 20 dan taraf signifikansi 5% maka $t_{tabel} = 1,72$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ 5%. Dengan demikian hipotesis nol ditolak, yang artinya setelah sampel diberi perlakuan terdapat perbedaan antara tes awal dan tes akhir passing atas bolavoli pada kelompok 1.

Lampiran 13.

Uji Perbedaan Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok 2

No subyek	Tes Awal (X1)	Tes Akhir (X2)	D (X2 - X1)	d (D - Md)	d ² (D - Md) ²
1	28	30	2	0.50	0.2500
2	20	23	3	1.50	2.2500
3	30	31	1	-0.50	0.2500
4	33	33	0	-1.50	2.2500
5	28	30	2	0.50	0.2500
6	21	23	2	0.50	0.2500
7	19	20	1	-0.50	0.2500
8	30	31	1	-0.50	0.2500
9	23	25	2	0.50	0.2500
10	23	23	0	-1.50	2.2500
11	8	11	3	1.50	2.2500
12	18	19	1	-0.50	0.2500
13	33	34	1	-0.50	0.2500
14	4	6	2	0.50	0.2500
15	25	25	0	-1.50	2.2500
16	25	26	1	-0.50	0.2500
17	11	14	3	1.50	2.2500
18	4	7	3	1.50	2.2500
19	15	16	1	-0.50	0.2500
20	16	17	1	-0.50	0.2500
Jumlah	414.00	444.00	30.00	0.00	19.00
Mean	20.70	22.20	1.50		
SD	8.91	8.37			

Penghitungan analisis t-test untuk mengetahui nilai perbedaan

$$Md = \frac{|\Sigma D|}{N} = \frac{30}{20} = 1.50$$

$$t = \frac{|Md|}{\sqrt{\frac{\sum d^2}{N(N-1)}}}$$

$$t = \frac{1.50}{0.2236} = 6.708$$

Kesimpulan :

Dari hasil penghitungan uji t diketahui $t_{hitung} = 6.708$. Dengan demikian dapat dibandingkan pada hasil t_{tabel} dengan db = 20 dan taraf signifikansi 5% maka $t_{tabel} = 1,72$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel} 5\%$. Dengan demikian hipotesis nol ditolak, yang artinya setelah sampel diberi perlakuan terdapat perbedaan antara tes awal dan tes akhir passing atas bolavoli pada kelompok 2.

Lampiran 14.

Uji Perbedaan Data Tes Akhir antara Kelompok 1 dan Kelompok 2

Pasangan subyek	K - 1 (X1)	K - 2 (X2)	D (X2 - X1)	d (D - Md)	d ² (D - Md) ²
1 2	35	33	-2.00	-4.0	15.60
4 3	31	33	2.00	0.1	0.00
5 6	31	31	0.00	-2.0	3.80
8 7	32	31	-1.00	-3.0	8.70
9 10	32	29	-3.00	-5.0	24.50
12 11	30	29	-1.00	-3.0	8.70
13 14	30	25	-5.00	-7.0	48.30
16 15	26	26	0.00	-2.0	3.80
17 18	25	20	-5.00	-7.0	48.30
20 19	24	23	-1.00	-3.0	8.70
21 22	25	23	-2.00	-4.0	15.60
24 23	21	20	-1.00	-3.0	8.70
25 26	20	20	0.00	-2.0	3.80
28 27	20	19	-1.00	-3.0	8.70
29 30	21	17	-4.00	-6.0	35.40
32 31	22	16	-6.00	-8.0	63.20
33 34	21	11	-10.00	-12.0	142.80
36 35	8	9	1.00	-1.0	0.90
37 38	5	6	1.00	-1.0	0.90
40 39	5	4	-1.00	-3.0	8.70
Jumlah	464.00	425.00	-39.00	-78.00	459.15
Mean	23.20	21.25	-1.95		
SD	8.75	8.80			

Penghitungan analisis t-test untuk mengetahui nilai perbedaan

$$Md = \frac{|\Sigma D|}{N} = \frac{39}{20} = 1.95$$

$$t = \frac{|Md|}{\sqrt{\frac{\Sigma d^2}{N(N-1)}}}$$

$$t = \frac{1.95}{1.0992} = 1.774$$

Kesimpulan :

Dari hasil pengitungan uji t diketahui $t_{hitung} = 1,774$. Dengan demikian dapat dibandingkan pada hasil t_{tabel} dengan db = 20 dan taraf signifikansi 5% maka $t_{tabel} = 1,72$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa $t_{hitung} < t_{tabel} 5\%$.

Dengan demikian hipotesis nol diterima, yang berarti sebelum sampel diberi perlakuan terdapat perbedaan antara tes passing atas bolavoli antara kelompok 1 dan kelompok 2.

Lampiran 15.

Menghitung peningkatan kemampuan passing atas bolavoli dalam persen pada kelompok 1 dan kelompok 2.

1. Hasil perhitungan pada kelompok 1.

Mean tes awal = 20.60

Mean tes akhir = 23.20

Mean different = 2.60

$$\begin{aligned}\text{Persentase peningkatan} &= \frac{\text{Mean different}}{\text{Mean tes awal}} \times 100\% \\ &= \frac{2.60}{20.60} \times 100\% = 12.62136\%\end{aligned}$$

2. Hasil perhitungan pada kelompok 2.

Mean tes awal = 20.70

Mean tes akhir = 21.25

Mean different = 0.55

$$\begin{aligned}\text{Persentase peningkatan} &= \frac{\text{Mean different}}{\text{Mean tes awal}} \times 100\% \\ &= \frac{0.55}{20.70} \times 100\% = 2.657005\%\end{aligned}$$

Kesimpulan :

Dari penghitungan tersebut diketahui bahwa peningkatan kemampuan passing atas pada kelompok 1 adalah sebesar 12.62136%. Sedangkan peningkatan kemampuan passing atas pada kelompok 2 sebesar 2.657005%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ternyata kelompok 1 memiliki peningkatan kemampuan passing atas bolavoli yang lebih baik daripada hasil persentase peningkatan pada kelompok 1.

Lampiran 16

Petunjuk Tes dan Pengukuran Kemampuan Passing Atas Bola Voli

Tes dan pengukuran kemampuan passing atas bola voli dengan tes keterampilan passing atas bola voli selama 60 detik dari Depdiknas, (2003: 9-10).

a) Alat dan perlengkapan:

- Tiang berukuran 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- Pita berukuran panjang 10 meter dan lebar 30 cm (tidak tembus pandang).
- Bola voli
- Stopwatch
- Lapangan dengan bentuk segi empat sama sisi dengan ukuran 4,5 m x 4,5 m.
- Bangku/box yang bisa diatur tinggi rendahnya agar petugas tes berdiri di atasnya, pandangannya segaris (horisontal) dengan tinggi net.
- Blangko dan alat tulis

b) Petugas:

- Petugas I:
 - Berdiri bebas di dekat area peserta tes.
 - Menghitung waktu selama 60 detik
 - Memberi aba-aba
 - Mengamati kaki peserta jika keluar area
- Petugas II:
 - Berdiri di atas bangku/box
 - Menghitung passing atas yang benar
- Seorang pencatat

c) Pelaksanaan:

- Peserta tes berdiri di tengah area ukuran 4,5 m x 4,5 m.
- Untuk memulai tes, bola dilambungkan sendiri oleh peserta tes setelah mendengar aba-aba “ya”.

- Setelah bola dilambungkan, peserta tes melakukan passing atas dengan ketinggian minimum 2,30 untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- Bila peserta tes gagal melakukan passing atas dan bola keluar area, maka peserta tes segera mengambil bola tersebut dan melanjutkan passing atas kembali.
- Bila kedua kaki peserta tes berada di luar area, maka petugas tes I memerintahkan agar peserta tes segera kembali ke area, dan bola yang terpantul sewaktu kedua kaki berada di luar area tidak dihitung.

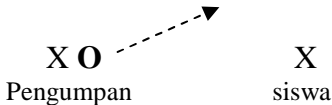
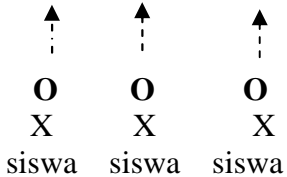
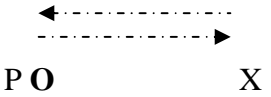
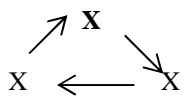
d) Pencatatan hasil:

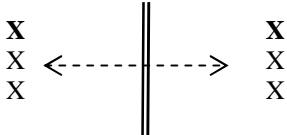
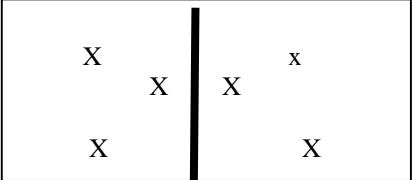
- Pass atas yang dianggap benar dan dihitung adalah, bila bola mencapai ketinggian 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri dan dilakukan dalam area selama 60 detik.

Gambar 2. Tes Passing Atas Bola Voli
(Depdiknas, 2003: 8)

Lampiran 17

Program Pembelajaran Passing Atas Menggunakan Bola Tidak Standart dan Bola Standart

Minggu ke	Materi Pelajaran	Tujuan Pembelajaran	Formasi Pembelajaran	Alat yang Digunakan	Waktu
	Tes awal	Untuk mengetahui kemampuan awal passing atas sebelum diberi perlakuan		<ul style="list-style-type: none"> - Lap. Bolavoli - Bola - Net - Tali - Stopwatch - Blangko dan alat tulis 	
I	<ul style="list-style-type: none"> - Guru menjelaskan teknik dan gerakan passing atas secara keseluruhan & mendemonstrasikan - Belajar passing atas dengan di umpan 	<ul style="list-style-type: none"> - Agar siswa mengerti dan memahami teknik gerakan passing atas dengan baik dan benar - Siswa dapat melakukan passing atas dengan diumpan 		Bola	Pemanasan 15' Inti 60' Penenangan 5'
II	Belajar passing atas secara sendiri berulang-ulang	- Siswa dapat melakukan passing atas secara sendiri berulang		Bola	Pemanasan 15' Inti 60' Penenangan 5'
III	Belajar passing atas berpasangan secara berulang-ulang	- Agar siswa dapat melakukan passing atas secara berpasangan dan meningkatkan kontiyuitas gerakan		Bola	Pemanasan 15' Inti 60' Penenangan 5'
IV	Belajar passing atas dengan formasi segitia	- Siswa dapat malakukan passing atas secara bergantian dan untuk meningkatkan kerjasama		Bola	Pemanasan 15' Inti 60' Penenangan 5'

V	Belajar passing atas berpasangan melewati tali atau net	- Siswa dapat menyeberangkan bola melewati net dengan passing atas secara bergantian		Bola Lapangan Net/tali	Pemanasan 15' Inti 60' Penenangan 5'
VI	Belajar bermain bolavoli dengan teknik passing atas	- Siswa dapat bermain bolavoli dengan teknik khusus passing bawah		Lapangan Bola Net	Pemanasan 15' Inti 60' Penenangan 5'
	Tes akhir	Untuk mengetahui kemampuan passing atas siswa setelah pembelajaran passing menggunakan bola plastik dan bola standart		<ul style="list-style-type: none"> - Lap. Bolavoli - Bola - Net - Tali - Stopwatch - Blangko dan alat tulis 	

Keterangan:

P : Pengumpunpan**X** : Siswa**O** : Bola

-----> : Arah bola

Lampiran 18

Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan Pemanasan

Pelaksanaan Pembelajaran Passing Atas Menggunakan Bola Tidak Standart

Pelaksanaan Pembelajaran Passing Atas Menggunakan Bola Standart

Pelaksanaan Tes Kemampuan Passing Atas

Lampiran 19

Petunjuk Tes dan Pengukuran Kemampuan Passing Atas Bola voli

Tes dan pengukuran kemampuan passing atas bola voli dengan tes keterampilan passing atas bola voli selama 60 detik dari Depdiknas, (2003: 9-10).

d) Alat dan perlengkapan:

- Tiang berukuran 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- Pita berukuran panjang 10 meter dan lebar 30 cm (tidak tembus pandang).
- Bola voli
- Stopwatch
- Lapangan dengan bentuk segi empat sama sisi dengan ukuran 4,5 m x 4,5 m.
- Bangku/box yang bisa diatur tinggi rendahnya agar petugas tes berdiri di atasnya, pandangannya segaris (horisontal) dengan tinggi net.
- Blangko dan alat tulis

e) Petugas:

- Petugas I:
 - Berdiri bebas di dekat area peserta tes.
 - Menghitung waktu selama 60 detik
 - Memberi aba-aba
 - Mengamati kaki peserta jika keluar area
- Petugas II:
 - Berdiri di atas bangku/box
 - Menghitung passing atas yang benar
- Seorang pencatat

f) Pelaksanaan:

- Peserta tes berdiri di tengah area ukuran 4,5 m x 4,5 m.
- Untuk memulai tes, bola dilambungkan sendiri oleh peserta tes setelah mendengar aba-aba “ya”.
- Setelah bola dilambungkan, peserta tes melakukan passing bawah dengan ketinggian minimum 2,30 untuk putra dan 2,15 m untuk putri.

- Bila peserta tes gagal melakukan passing atas dan bola keluar area, maka peserta tes segera mengambil bola tersebut dan melanjutkan passing bawah kembali.
- Bila kedua kaki peserta tes berada di luar area, maka petugas tes I memerintahkan agar peserta tes segera kembali ke area, dan bola yang terpantul sewaktu kedua kaki berada di luar area tidak dihitung.

d) Pencatatan hasil:

- Pass atas yang dianggap benar dan dihitung adalah, bila bola mencapai ketinggian 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri dan dilakukan dalam area selama 60 detik.

Gambar 2. Tes Passing Atas Bola voli
(Depdiknas, 2003: 8)